

Mari Perbaiki Gizi (Pergi) untuk Cegah *Stunting* melalui Media Aplikasi pada Masyarakat Desa Tiwingan Lama

Hadrianti HD Lasari¹, Anis Kamila Saleha^{*2}, Melly Damayanti³, Salma Rizqy Awalia⁴, Prisa Aulia Zam-zam⁵

^{1,2,3,4,5}Prodi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Indonesia

*e-mail: aniskamilas@gmail.com²

Abstrak

Masalah status gizi merupakan masalah pokok yang masih dialami oleh Indonesia. Gangguan gizi pada awal kehidupan akan mempengaruhi kualitas hidup berikutnya. Salah satu masalah status gizi yang berdampak pada kehidupan di masa yang akan datang yaitu *stunting*. Berdasarkan hasil diagnosa komunitas yang dilakukan di Desa Tiwingan Lama RT 02 terdapat balita yang teridentifikasi mengalami *stunting* di Desa Tiwingan Lama RT 02. Hasil analisis faktor risiko yang dilakukan di Desa Tiwingan Lama menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan Ibu masih rendah. Pengetahuan yang rendah menyebabkan pola asuh anak juga rendah, Ibu masih belum memberikan makanan sesuai dengan kebutuhan anak. Oleh karena itu diperlukan edukasi kepada masyarakat, agar menarik edukasi dilakukan dengan memanfaatkan teknologi zaman sekarang yaitu *handphone*. Program yang dilakukan berupa penyuluhan, pelatihan aplikasi gizi, dan video edukasi. Hasil pretest dan post-test kegiatan Program menunjukkan peningkatan pengetahuan nilai rata-rata dari 74 menjadi 96. Dengan memanfaatkan teknologi diharapkan Ibu dapat meningkatkan pengetahuannya dan mempraktekan pola asuh yang baik dan benar kepada anaknya.

Kata kunci: Balita, Media Aplikasi, Status Gizi, *Stunting*

Abstract

Nutritional status is a major problem that Indonesia still faces. Nutritional disorders in early life will affect subsequent quality of life. One of the nutritional status problems that has an impact on future life is *stunting*. Based on the results of community diagnosis conducted in Tiwingan Lama Village RT 02, there are toddlers who are identified as *stunted* in Tiwingan Lama Village RT 02. The results of the risk factor analysis conducted in Tiwingan Lama Village show that the mother's level of knowledge is still low. Low knowledge causes low parenting patterns, mothers still do not provide food according to children's needs. Therefore, it is necessary to educate the community, in order to attract education, it is carried out by utilizing today's technology, namely cellphones. The program was conducted in the form of counseling, nutrition application training, and educational videos. The results of the pretest and post-test of the program activities showed an increase in knowledge of the average value from 74 to 96. By utilizing technology, it is hoped that mothers can increase their knowledge and practice good and correct parenting for their children.

Keywords: App Media, Nutritional Status, *Stunting*, Toddlers

1. PENDAHULUAN

Status gizi balita masih menjadi tantangan bagi seluruh lapisan masyarakat terutama petugas kesehatan. Secara global pada tahun 2019, Sekitar 21,3% anak dibawah 5 tahun di seluruh dunia menderita *stunting*, sementara prevalensi *stunting* tertinggi berada pada wilayah Afrika dan wilayah Asia (Mauliza *et al.*, 2023). *Stunting* adalah salah satu keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi masa lalu sehingga termasuk dalam masalah gizi yang bersifat kronis. Kekurangan gizi terjadi begitu saja sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi *stunting* baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun. *Stunting* terjadi mulai janin masih dalam kandungan dan baru nampak saat anak berusia dua tahun. Kekurangan gizi pada usia dini meningkatkan angka kematian bayi dan anak, menyebabkan penderitanya mudah sakit, terganggunya pertumbuhan jasmani serta rohani dan memiliki postur tubuh tidak maksimal saat dewasa (Sutarto *et al.*, 2018).

Anak yang kekurangan gizi pada usia balita akan tumbuh pendek, dan mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan otak yang berpengaruh pada rendahnya tingkat kecerdasan, karena tumbuh kembang otak 80% terjadi pada masa dalam kandungan sampai usia 2 tahun. Dampak lain dari gizi kurang adalah menurunkan produktivitas yang diperkirakan antara 20-30% (Handayani *et al.*, 2022). Orang tua, terutama ibu, memainkan peran yang sangat penting dalam merawat dan memelihara balita, yang sangat mempengaruhi kualitas asupan gizi yang diterima balita tersebut. Oleh karena itu, seorang ibu harus memahami cara memberikan asupan gizi seimbang kepada balitanya, sehingga balita dapat tumbuh menjadi anak yang sehat dan berkembang sesuai dengan tahapan usianya (Sundari *et al.*, 2020).

Berdasarkan data dari Pemantau Status Gizi tahun 2018, Kalimantan Selatan dengan persentase balita usia 1-5 tahun yang mengalami gizi kurang dan buruk sebesar 21%. Presentase ini menunjukkan bahwa kejadian balita dengan gizi kurang dan buruk di Kalimantan Selatan lebih tinggi dibandingkan angka nasional sebesar 17,8% dan merupakan urutan ke-5 setelah Nusa Tenggara Timur (28,3%), Sulawesi Tenggara (26,1%), Kalimantan Barat (25,9%), Sulawesi Barat (24,8%) (Widyarni *et al.*, 2023).

Masalah gizi secara garis besar disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi adalah asupan makanan (energi dan protein) dan penyakit penyerta. Faktor tidak langsung adalah tingkat pengetahuan, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan, pola asuh, sosial budaya, ketersediaan pangan, pelayanan kesehatan dan faktor lingkungan (Widyarni *et al.*, 2023). Tingkat pengetahuan ibu merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kurangnya gizi pada anak. Sebagai pengasuh terdekat, ibu memiliki peran penting dalam menentukan menu makanan yang akan dikonsumsi oleh anak dan anggota keluarga lainnya. Oleh karena itu, ibu sebaiknya memahami tentang gizi seimbang agar anak tidak mengalami masalah seperti kekurangan gizi (Ayuningtyas *et al.*, 2021).

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dari itu dilakukanlah Program Mari Perbaiki Gizi (Pergi) Untuk Cegah Stunting dengan Media Aplikasi. Program tersebut sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran perilaku masyarakat mengenai bahaya perilaku merokok sejak dini dan pentingnya pengelolaan pola asuh ibu terhadap status gizi anak. Alternatif pemecahan masalah perilaku merokok serta status gizi ini juga diharapkan dapat membantu masyarakat dalam mencegah terjadinya penyakit lanjutan yang diakibatkan oleh dua permasalahan tersebut. Selain melaksanakan Program, tentunya dilakukan monitoring dan evaluasi untuk mengukur keberhasilan program yang telah dijalankan. Evaluasi yang diberikan adalah dengan menggunakan kuisioner yang berkaitan dengan rangkaian kegiatan dari program-program yang telah dijalankan (Rastannur *et al.*, 2024). Oleh karena itu, kami mengharapkan partisipasi dari masyarakat dan berbagai sektor untuk bersama-sama menjalankan program penanganan dan dapat dilaksanakan dengan konsisten dan berkelanjutan.

2. METODE

Kegiatan Program Pergi terdiri dari 3 rangkaian, yaitu kegiatan penyuluhan, kegiatan pelatihan aplikasi, serta kegiatan menonton video edukasi mengenai gizi. Program ini lebih menonjolkan pemanfaatan teknologi yang semakin berkembang yaitu *handphone* sebagai media edukasi. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu 5 ibu yang memiliki bayi balita di RT 03 Desa Tiwingan Lama, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu:

a. Penyuluhan Gizi Baik

Program Pergi yang pertama dilakukan yaitu penyuluhan gizi baik. Penyuluhan gizi baik atau pemberian edukasi kepada ibu balita berisikan penjelasan mengenai pentingnya dan bahaya jika anak mengalami stunting. Pemberian edukasi dipimpin oleh kelompok 10 dan bekerja sama dengan pihak puskesmas. Kegiatan dilakukan bersamaan dengan kegiatan posyandu rutin di Desa Tiwingan Lama, dengan tujuan untuk lebih menarik minat masyarakat dalam mengikuti kegiatan Program kami.

Pihak puskesmas bagian gizi menjadi pemateri dalam kegiatan penyuluhan ini, karena beliau tentunya lebih paham mengenai kondisi gizi, khususnya gizi balita di Desa Tiwingan

Lama RT 03. Penyuluhan ditunjukkan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat. Penyuluhan dilengkapi dengan poster dan pembagian booklet gizi baik yang kami buat. Media poster dan booklet dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat, dengan media poster informasi yang diberikan dapat menarik perhatian masyarakat.

b. Pelatihan Aplikasi Gizi Baik Anakku

Kegiatan penyuluhan dilanjutkan dengan kegiatan pelatihan “Aplikasi Gizi Baik Anakku”. Aplikasi ini sudah tersedia dan bisa didownload di playstore. Aplikasi secara umum adalah alat terapan yang difungsikan secara khusus dan terpadu sesuai kemampuan yang dimilikinya aplikasi merupakan suatu perangkat komputer yang siap pakai bagi user. Dengan adanya aplikasi pengguna dapat dengan mudah mengakses informasi tentang gizi pada anak (Rafila et al., 2023). Aplikasi berisikan informasi mengenai gizi balita yang dibutuhkan oleh orang tua. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan oleh pelaksana dengan pemaparan dan pencontohan penggunaan aplikasi.



Gambar 1. Aplikasi Gizi Baik Anakku

c. Video Edukasi melalui Platform Tiktok

Kegiatan terakhir dari rangkaian kegiatan penyuluhan yaitu pemberian informasi mengenai video edukasi. Tim pelaksana membuat video edukasi yang kemudian di upload di platform tiktok. Tiktok dipilih karena penggunaannya banyak, dan di desa ini para Ibu juga sudah memiliki handphone. Media yang baik dan menarik, seperti video, dapat memberikan keyakinan. Video penyuluhan sebagai media audio-visual efektif untuk edukasi masyarakat karena menyampaikan informasi secara nyata, dapat diakses merata, diulang, atau dihentikan sesuai kebutuhan. Pembelajaran dengan video atau audio-visual meningkatkan proses dan hasil pembelajaran (Putri et al., 2021). Berdasarkan penelitian Adhistry dkk, menunjukkan bahwa penyuluhan melalui video animasi pembelajaran mampu meningkatkan pengetahuan. Informasi diserap lebih efektif ketika melibatkan indra penglihatan dan pendengaran, seperti dalam bentuk video, dibandingkan hanya menggunakan indra penglihatan saja seperti pada leaflet (Adhistry et al., 2023).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program Mari Perbaiki Gizi (Pergi) untuk cegah stunting di Desa Tiwingan Lama, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar dilaksanakan pada hari Sabtu, 22 Juli 2023 pukul 10.00 WITA. Berikut hasil dan pembahasan dari kegiatan yang telah dilakukan.

3.1. Penyuluhan Gizi Baik

Penyuluhan dilaksanakan bersama dengan kegiatan posyandu rutin desa tiwingan lama. Kegiatan diikuti oleh 5 Ibu yang memiliki balita. Penyuluhan diawali dengan pembukaan acara, kemudian sambutan dari kelompok 10 Tim pelaksana dan perkenalan serta tujuan dari kegiatan ini. Kemudian Tim pelaksana membagikan *pretest* dan booklet kepada ibu-ibu yang hadir. *pretest* berisikan 10 pertanyaan seputar status gizi baik dan stunting. Kegiatan selanjutnya yaitu pemberian materi edukasi Gizi baik selama 30 menit oleh pihak puskesmas ahli gizi. Dalam kegiatan ini para ibu mendapat gangguan kecil dari anak-anak mereka, namun walaupun begitu para ibu terlihat antusias dalam mendengarkan pemaparan materi.

Kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi, para ibu aktif menanyakan beberapa hal mengenai gizi anak mereka, terlihat bahwa ibu sangat memperhatikan status gizi anaknya. Kegiatan selanjutnya yaitu pemaparan terkait Aplikasi Gizi Baik Anakku. Kegiatan ditutup dengan pengisi *post-test* dan penyampaian kesimpulan dari Tim pelaksana. Kegiatan ini juga memberikan poster dan booklet, yang berisikan tentang pengertian status gizi, cara pengukuran status gizi, pengertian stunting, penyebab stunting, ciri-ciri stunting, dampak stunting, cara penanganan stunting, serta tutorial Aplikasi Gizi Baik Anakku. Diharapkan dengan adanya kegiatan penyuluhan ini, Ibu balita dapat meningkatkan pengetahuannya.

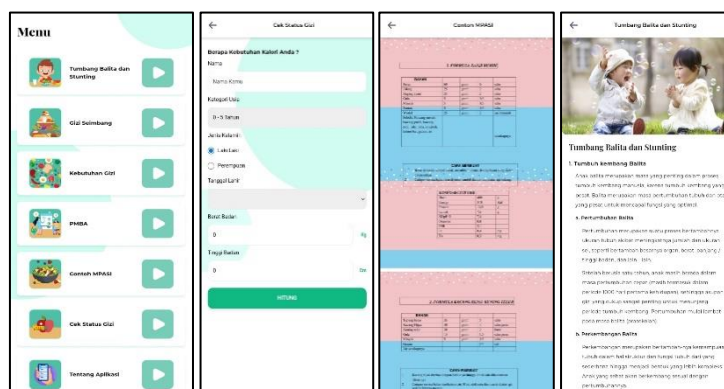


Gambar 2. Pelaksanaan Program Pergi

3.2. Pelatihan Aplikasi Gizi Baik Anakku

Aplikasi yang digunakan yaitu “Gizi Baik Anakku”, aplikasi ini berisikan informasi tumbuh kembang balita, informasi stunting, menu gizi seimbang, kebutuhan gizi balita, pemberian makanan tambahan, contoh menu MPASI, dan mengecek status gizi balita. Cek status gizi dapat dilakukan dengan memasukkan tanggal lahir, tinggi badan, dan berat badan balita, aplikasi akan langsung otomatis mengeluarkan hasilnya, apakah gizi anak baik, kurang atau buruk.

Pelatihan aplikasi juga termuat di dalam booklet yang Tim pelaksana bagikan, dengan harapan para Ibu bisa membuka booklet jika terlupa cara penggunaan aplikasi. Para ibu terlihat senang dengan adanya aplikasi ini terutama untuk fitur cek status gizi, ibu dapat mengetahui apakah gizi anaknya baik atau buruk melalui aplikasi, sehingga dapat mengambil tindakan segera, seperti berkonsultasi dan merubah pola makan. Tim pelaksana melakukan pemaparan dan aplikasi selama 30 menit, selanjutnya sesi tanya jawab dan penutup.



Gambar 3. Menu Aplikasi Gizi Baik Anakku

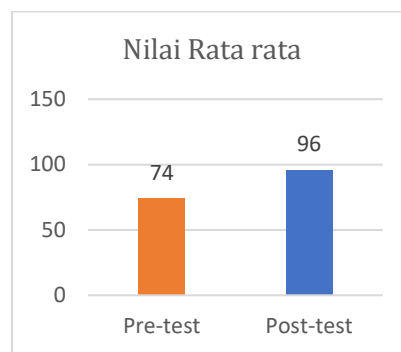
3.3. Video Edukasi Melalui Platform Tiktok

Video edukasi mengenai status gizi diupload ke *platform* tiktok, kemudian disebarluaskan kepada Ibu-ibu yang berada di Desa Tiwingan Lama. Dalam kegiatan penyuluhan Tim pelaksana juga meminta nomor whatsapp Ibu, agar dimasukkan ke dalam grup whatsapp “Mari Pergi untuk cegah stunting”. Tujuan grup ini yaitu ingin menshare informasi gizi baik melalui video edukasi

yang Tim pelaksana buat di tiktok. Video edukasi ditunjukkan untuk mendukung kegiatan Program kami, agar informasi yang disampaikan dapat terus dilihat oleh para ibu. Bentuk video juga dipilih melihat mudahnya penyampaian informasi dan penerimaan informasi jika dikemas dalam bentuk video. Harapannya dengan video edukasi ini masyarakat Desa Tiwingan Lama, khususnya para Ibu mendapatkan informasi mengenai gizi baik bagi balita.

3.4. Evaluasi Program

Evaluasi pelaksanaan penyuluhan status gizi menggunakan kuesioner *pretest* dan *post-test*. Para responden diberikan soal *pretest* mengenai status gizi dengan sejumlah 10 soal. Untuk mengetahui seberapa besar tingkat pengetahuan dari kegiatan Program ini adalah melakukan pemberian *pretest* dan *post-test* kepada responden, kemudian dibandingkan hasil dari nilai *pretest* dan *post-test* (Purba dan Harianja, 2023). Distribusi dan frekuensi hasil dari *pretest* dan *post-test* setiap peserta yaitu sebagai berikut:



Gambar 4. Distribusi dan Frekuensi Nilai Rata-rata *Pretest* dan *Post-test*

Berdasarkan gambar di atas, diketahui bahwa rata-rata nilai *pretest* dan *post-test* meningkat, dari yang sebelumnya rata-rata 74 menjadi 96 setelah program dilaksanakan. Selain itu, semua peserta penyuluhan yang hadir mengalami peningkatan pengetahuan (100%). Hal ini menunjukkan bahwa pemaparan dari pemateri sudah sangat jelas, sehingga seluruh peserta penyuluhan mengalami peningkatan pengetahuan.

Evaluasi juga dilakukan dengan wawancara *indepth interview*, agar informasi yang kami dapatkan lebih mendalam dan jelas. *Indepth interview* dilakukan dengan kuesioner yang berisikan 15 pertanyaan, terkait kegiatan Program kami, yaitu 5 pertanyaan mengenai kegiatan penyuluhan, 8 pertanyaan mengenai penggunaan aplikasi dan 2 pertanyaan mengenai video edukasi yang kami buat.

Berdasarkan hasil *indepth interview*, tim pelaksana dapat mengetahui kekurangan dan kelebihan program yang sudah dilaksanakan. Program sudah berhasil meningkatkan pengetahuan Ibu yang dapat dilihat dari hasil *pretest* dan *post-test*. Pelaksanaan program juga sudah mendapat apresiasi dari Ibu balita, mereka mengatakan bahwa dengan adanya pelatihan aplikasi dapat membantu mereka untuk mengecek status gizi anak, agar mengetahui kebutuhan apalagi yang diperlukan. Terkait video edukasi, dari wawancara diketahui bahwa Ibu balita menyukai video edukasi yang kami buat, mereka merasa informasi, dan materi yang dibawakan mudah dipahami.

4. KESIMPULAN

Program Peningkatan Gizi (Pergi) untuk mencegah stunting di Desa Tiwingan Lama, Kecamatan Aranio, Kabupaten Banjar meliputi penyuluhan gizi, pelatihan aplikasi “Gizi Baik Anakku”, dan video edukasi di *platform* Tiktok. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman pada ibu balita di desa tersebut setelah dilaksanakannya program. Evaluasi program melalui kuesioner *pretest* dan *post-test* menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan, dengan nilai rata-rata *pretest* 74 meningkat menjadi 96 pada *post-test*.

Berdasarkan evaluasi *indept interview* juga menunjukkan bahwa program ini sudah terselenggara dengan baik. Program penyuluhan gizi, pelatihan aplikasi, dan video edukasi menegaskan bahwa pendekatan komprehensif dapat memberikan manfaat dalam meningkatkan pemahaman gizi dan kesehatan masyarakat. Integrasi ketiga aspek ini dapat dilakukan berkelanjutan, sehingga informasi yang didapat tidak berhenti sampai penyuluhan saja. Oleh karena itu, kerjasama dan dukungan lebih lanjut untuk pengembangan dan implementasi program-program ini sangatlah penting untuk masa depan yang lebih baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang turut membantu dalam pelaksanaan kegiatan terutama dosen pembimbing, Puskesmas Aranio, peserta Ibu Balita di Desa Tiwingan Lama, aparat Desa Tiwingan Lama, serta Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Lambung Mangkurat yang sudah membantu kelancaran kegiatan tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhistry, W. A., Immawati, Evawaty, Ayu, M., Muzdalia, I., Latif, A. R. (2023). Pengaruh Penyuluhan berbasis Video terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Ibu tentang Pemberian MP-ASI pada balita 6-24 Bulan. *Journal of Health, Education, Economics, Science, and Technology (J-HEST)*, 5(2), 296-303.
- Ayuningtyas, G., Hasanah, U., Yuliawati, T., Keperawatan, J., Tinggi, S., Kesehatan, I., Dharma, W., Tangerang, H., Selatan, T., & Serang, K. (2021). *The Relationship Of Mother'S Knowledge Level With The Nutritional Status Of Toddler*. 1(1), 15-23.
- Handayani, T. P., Wahyuni, T., Syswianti, D., Suazini, E. R., Humaeroh, L., Alvia, R. (2022). Edukasi Pada Orang Tua Dan Deteksi Dini *Stunting* Pada Anak Usia Pra Sekolah TPQ Ar Roza Kecamatan Garut Kota Kabupaten Garut. *Jurnal Pengabdian Masyarakat DEDIKASI*, 3(02), 99-105.
- Mauliza, Sawitri, H., & Desti, M., R. (2023). Hubungan Pola Asuh Ibu dengan Status Gizi Balita 12-59 Bulan Di Kecamatan Banda Sakti. *Jurnal Ilmiah Manusia dan Kesehatan*, 6(1), 109-122.
- Purba, H. I. D., & Harianja, E., S. (2023). Penyuluhan Gizi Seimbang dengan Menggunakan Media Buklet bagi Ibu Balita Usia 2-5 Tahun di Kelurahan Tanjung Gusta Kecamatan Medan Helvetia. *Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat*, 7(2), 221-225.
- Putri, H. P., Andara, F., & Sufyan D. L. (2021). Pengaruh Edukasi Gizi Berbasis Video Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Di Jakarta Timur. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 4(2), 334-342.
- Rafila, A. F., Meileni, H., & NoviantI, L. Implementasi Metode Fuzzy Mamdanipada Aplikasi Prediksi Status StuntingBerbasis Website Di Dinas Kesehatan Kota Palembang. *Jurnal Penelitian Ilmu dan Teknologi Komputer (JUPITER)*, 15(2), 1131-1141.
- Rastannur, F., Rosidah, N., & Etitri, F. P. engaruh Penyuluhan Gizi terhadap Pengetahuan Ibu tentang Gizi Seimbang pada Balita di Puskesmas Pandanwangi Kecamatan Blimbing Kota Malang. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2(1): 59-64.
- Sundari, & Khayati, Y. N. (2020). Analisis Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi dengan Status Gizi Balita. *Indonesian Journal of Midwifery*, 3(1).
- Sutarto, S. T. T., Mayasari, D., & Indriyani, R. (2018). Stunting, Faktor Risiko dan Pencegahannya. *Agromedicine Unila*, 5(1), 540-545.
- Widyarni, Netty, & Inayah, H., K. (2023). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Angka Kejadian Status Gizi Balita di Kota Banjarmasin. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia: The Indonesian Journal of Health Promotion*, 6(1), 167-174.