



PEMANTAUAN STATUS GIZI DITINJAU DARI BERAT BADAN, UMUR DAN TINGGI BADAN ANAK BALITA

**Vivit Vidiasari¹, Adhimas Ridho Pangestu², Annisya Marwah Rahmadani³, Dita Widya
Maharani⁴, Khofifah Indriani⁵, Laila Fitri Nur Azizah⁶, Lia Fajar Nurdiana⁷**

*1,2,3,4,5,6,7 Program Studi DIII Rekam Medis dan Informasi Kesehatan STIKES Buana
Husada Ponorogo*

*vidiasarivivit@gmail.com¹, adimas406@gmail.com², annisyamarwah@gmail.com³,
Dita42261@gmail.com⁴, Khofifah.indriani1520@gmail.com⁵,
lailaazizah0330@gmail.com⁶, liafajarnurdian3@gmail.com⁷.*

DOI:

Received: 25-12-2022

Revised: 16-01-2023

Accepted: 20-02-2023

Abstract: The toddler period is a golden age, because at this time there is very rapid growth and development. One measurement of the growth of toddlers can be assessed from the child's weight and height. Medical personnel enter the results of weighing and measuring body weight and height into the KIA (Kesehatan Ibu dan Anak) book, then analyzed related to the nutritional status of children under five. The purpose of community service on monitoring nutritional status in terms of body weight and height is to determine and analyze weight and height with the nutritional status of children under five. Method The implementation of the activity begins with measuring and weighing the weight of children under five. The results of weight weighing and height measurement are analyzed whether growth is appropriate for the child's age. Then this activity continued with IEC to parents about nutritional status and nutritional needs in children. The success of this activity is expected to meet the nutritional needs of children so that children can grow optimally according to the age of the child.

Keywords: nutritional status, weight, height, toddlers

Abstrak: Masa balita merupakan masa keemasan, karena pada waktu ini terdapat pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat. Salah satu pengukuran pertumbuhan anak balita dapat dinilai dari berat badan dan tinggi badan anak. Tenaga medis memasukan hasil penimbangan dan pengukuran berat badan serta tinggi badan kedalam buku KIA (Kesehatan Ibu dan Anak), kemudian dianalisa terkait dengan status gizi anak balita. Tujuan Pengabdian masyarakat tentang pemantauan status gizi ditinjau dari berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui dan menganalisa berat badan dan tinggi badan dengan status gizi anak balita. Metode Pelaksanaan kegiatan dimulai mengukur dan penimbangan berat badan anak balita. Hasil penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan dianalisa apakah pertumbuhan sesuai dengan usia anak. Kemudian kegiatan ini dilanjut dengan KIE kepada orang tua tentang status gizi dan kebutuhan gizi pada anak. Keberhasilan kegiatan ini diharapkan kebutuhan gizi anak dapat terpenuhi sehingga anak dapat tumbuh secara optimal sesuai dengan usia anak tersebut.

Kata Kunci : *status gizi, berat badan, tinggi badan, anak balita*



PENDAHULUAN

Anak balita meliputi anak usia 0 - 1 tahun (Bayi) dan anak balita (1 - 5 tahun). Pada anak balita dibagi menjadi beberapa tahap usia, salah satu usia tersebut adalah usia 6 – 24 bulan atau bawah 2 tahun (Baduta). Masa anak baduta adalah masa emas, pada waktu ini anak tumbuh dan berkembang secara optimal sehingga dapat menentukan kehidupan mendatang. Faktor yang memengaruhi kesehatan pada anak balita adalah pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif dan Makanan Pendamping ASI (MP – ASI). Status gizi adalah suatu keadaan kesehatan sebagai akibat keseimbangan antara konsumsi serta penyerapan zat gizi, dan penggunaannya di dalam tubuh. Status gizi anak adalah salah satu tolak ukur dalam penilaian kecukupan kebutuhan asupan gizi harian. Status gizi pada anak dapat dinilai secara langsung melalui pengukuran antropometri, klinis, biokimia, dan biofisik (Supariasa dan heni, 2019). Metode pengukuran antropometri pada anak bermacam - macam, salah satunya dengan cara mengukur Indeks Massa Tubuh (IMT) (Wahidiyat dan Sastroasmoro, 2014). IMT adalah pengukuran berat badan seseorang dalam kilogram (kg) dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (m²). IMT dapat menjadi petunjuk untuk menentukan kelebihan berat badan serta berkorelasi tinggi dengan massa lemak tubuh (Pudjiadi dan Hegar, 2010). Gizi adalah zat-zat pembangun tubuh manusia dalam rangka mempertahankan dan memperbaiki jaringan jaringan agar fungsi tubuh dapat berjalan sebagaimana mestinya. Masa pertumbuhan adalah masa yang paling penting untuk anak, dimana kebanyakan anak selalu aktif dalam berbagai hal dan dalam mengenal hal hal yang baru untuknya, oleh karena itu kebutuhan energi anak harus terpenuhi melalui gizi yang baik agar tumbuh kembangnya menjadi optimal. Para orang tua harus selalu memantau terkait pertumbuhan dan gizi anak.

Asupan gizi pada anak yang baik senantiasa terpenuhi dan digunakan secara maksimal sehingga pertumbuhan serta perkembangan akan sesuai dengan usia anak balita. Status gizi yang diberikan oleh orang tua ke anak yang tidak optimal maka akan berdampak pada pertumbuhan yang terhambat sehingga anak akan mengalami gizi kurang, gizi buruk atau obesitas. Hal tersebut juga akan berdampak pada jangka panjang dimana status gizi akan mempengaruhi kesehatan anak dimasa mendatang. Menurut data Riskesdas pada tahun 2018 anak Indonesia yang memiliki berat badan kurang sebesar 17,7%, anak dengan status gizi sangat kurus sebesar 3,5%, anak dengan status gizi kurus 6,7% dan anak dengan gizi gemuk sebesar 8,9%. Sedangkan prevalensi anak dengan status gizi kurang di Jawa Tengah sebesar 16,2% hal tersebut menandakan bahwa di Indonesia masih banyak anak balita yang memiliki gizi kurang seimbang. Hal ini seharusnya menjadi perhatian khusus, mengingat bahwa anak-anak tersebut nantinya akan menjadi generasi penerus bangsa selanjutnya.

Berdasarkan kejadian diatas maka penulis mengadakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema “Pemantauan Status Gizi Balita Ditinjau dari Berat Badan, Umur dan Tinggi Badan kepada Masyarakat” yang dilaksanakan di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo. Pengabdian masyarakat tersebut dilakukan supaya orang tua mengetahui status gizi anak yang akan dinilai dari berat badan dan tinggi badan. Harapannya setelah orang tua mengetahui kondisi status gizi anak, maka orang tua dapat melaksanakan asuhan dan asupan yang baik serta sesuai kebutuhan.

METODE

1. Survey lapangan

Survey lapangan bertujuan untuk mengamati status gizi anak balita di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo yang

- direncanakan sebagai objek sasaran pada pengabdian masyarakat.
2. Menentukan Sasaran
Sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah anak balita serta orang tua dari balita di Dusun Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.
3. Koordinasi
Pengabdian masyarakat ini berkoordinasi dengan pihak Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat kampus STIKES Buana Husada Ponorogo untuk diberikan izin dalam melaksanakan pengabdian. Serta berkoordinasi dengan kepala desa pintu untuk menentukan kesepakatan mufakad tentang kapan waktu dan tempat dilakukan kegiatan penyuluhan. Pihak yang melaksanakan pengabdian kepada masyarakat membuat surat undangan kepada anak dan orang tua atau pengasuh untuk mengikuti kegiatan sesuai dengan jadwal yang telah disepakati dengan melibatkan stakeholder lintar sektor yaitu bidan desa, kepada desa beserta jajaran untuk menyerahkan kepada masyarakat yang memiliki anak balita.
4. Sosialisasi kegiatan
Sosialisasi kegiatan bertujuan untuk memantau status gizi anak balita sesuai dengan pengukuran antropometri
5. Pelaksanaan kegiatan
Kegiatan dilaksanakan di Dusun Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo pada tanggal 20 – 22 maret 2021 dengan pembagian kegiatan sebagai berikut : pada tanggal 20 dilaksanakan persiapan kegiatan, tanggal 21 pelaksanaan kegiatan dan tanggal 22 dilaksanakan evaluasi beserta dengan penyampaian kegiatan laporan. Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dibagi menjadi 2 kriteria yaitu kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi adalah anak balita usia di Dusun Desa Pintu

Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo. Sedangkan kriteria eksklusi adalah orang tua atau pengasuh pada anak balita usia di Dusun Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo. Sebelum kegiatan dimulai tim penyuluhan meminta peserta untuk melaksanakan absensi baik nama orang tua, nama anak maupun usia anak. Kemudian tim penyuluhan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan anak balita yang hadir dalam kegiatan pengabdian masyarakat untuk dapat mengetahui pertumbuhan anak. Tim penyuluhan mencatat hasil dari pengukuran pada anak tersebut. Kemudian kegiatan ini dilanjut sosialisasi kepada orang tua terkait penilaian status gizi anak balita beserta asuhan yang akan diberikan pada setiap anak balita tersebut.

HASIL

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilakukan selama 3 jam 15 menit pada tanggal 21 Maret 2021 yang dilakukan di posyandu di Dusun Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo, dengan jumlah peserta pengabdian sebanyak tujuh orang, dan dengan sasaran ibu ibu yang memiliki balita dan sedang mengikuti kegiatan rutin posyandu.

Pengabdian Masyarakat yang telah dilaksanakan di Dusun Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo diperoleh hasil bahwa dari 18 anak balita yang melaksanakan penimbangan berat badan dan mengukur tinggi badan, terdapat 2 (11%) anak balita dengan status gizi kurang, 1 (6%) anak balita dengan gizi lebih, dan 15 (83%) dengan status gizi baik. Dari hasil tersebut penyuluhan melaksanakan sosialisasi terkait dengan pentingnya pemenuhan status gizi anak balita.

Evaluasi akhir yang dilakukan oleh penyuluhan adalah melihat respon orang tua balita terkait dengan kebutuhan gizi anak. Dimana orang tua balita memberikan respon yang baik terhadap penyuluhan yang

dilakukan dan menerima segala bentuk saran dengan baik terkait gizi anak balita di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo.

PEMBAHASAN

Hasil evaluasi kegiatan yang diperoleh saat mengadakan penyuluhan di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo terkait status gizi yang ditinjau dari penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan anak balita ditemukan hasil bahwa sejumlah 18 anak balita melaksanakan penimbangan dan pengukuran berat badan rutin setiap bulannya, terdapat 2 (11%) anak balita dengan status gizi kurang, 1 (6%) anak balita dengan gizi lebih, dan 15 (83%) dengan status gizi baik, sistem penilaian di lihat dari penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan serta hasil dari kegiatan tersebut dimasukan dalam buku KMS (Kartu Menuju Sehat) atau KIA (Kartu Identitas Anak) anak.

Parameter pertumbuhan fisik dapat dilaksanakan dengan pengukuran antropometri. Pengukuran antropometri dapat dilakukan dengan menilai berat badan (BB), panjang badan (PB), tinggi badan (TB), lingkar lengan atas (LILA), lingkar kepala (LK), lingkar dada (LD), dan lapisan lemak bawah kulit (LLBK). Selain itu menurut soetjiningsih (2012) Parameter pertumbuhan fisik pada anak dapat dilaksanakan dengan pengukuran antropometri dengan menilai berat badan anak sesuai dengan tinggi badan. Anak balita dengan pertumbuhan terhambat dapat mempengaruhi kehidupan selanjutnya sehingga mengakibatkan pertumbuhan tidak optimal. Salah satu faktor penyebab dari pertumbuhan terhambat adalah status gizi anak yang tidak terpenuhi. Status gizi anak ditentukan dengan pemenuhan nutrisi, pola asuh orang tua serta penyakit infeksi pada anak.

Status gizi merupakan ukuran keberhasilan dalam kebutuhan pemenuhan nutrisi untuk masa pertumbuhan anak yang diukur melalui berat badan dan tinggi badan

anak. Status gizi dapat dinilai dengan tiga indeks yaitu berat badan menurut umur (BB/U) dimana indeks ini memberikan indikasi masalah gizi secara umum karena berat badan memiliki hubungan dengan umur dan tinggi badan, tinggi badan menurut umur (TB/U) memberikan indikasi terkait permasalahan gizi yang bersifat kronis akibat dari kondisi yang berlangsung lama seperti pemberian asupan makanan yang kurang ataupun kemiskinan, dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) yang mengindikasi masalah gizi bersifat akut akibat dari kondisi atau peristiwa yang terjadi tidak lama seperti kelaparan dan masalah gizi juga dapat berdampak pada kejadian stunting anak.

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari hari yang mengandung zat zat gizi dengan jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip atau pilar gizi seimbang. Menurut Suparisa (2002), tubuh bisa dikatakan memiliki tingkat gizi yang optimal jika jaringan tubuh yang jenuh oleh semua zat gizi. Seseorang yang memiliki tingkat gizi optimal akan mempunyai daya tahan tubuh yang baik. Apabila pemenuhan gizi menjadi tidak seimbang maka hal ini akan berpengaruh pada kekurangan gizi dan kelebihan gizi pada seseorang.

Adapun terdapat dua faktor yang dapat mempengaruhi gizi seimbang pada anak yaitu faktor primer dan faktor sekunder. Faktor primer dapat mempengaruhi apabila susunan makanan anak yang diberikan tidak sesuai dengan kualitas ataupun kuantitasnya, seperti akibat kurang tahunya orang tua dalam memberikan makanan kepada anak dan tidak memperhatikan gizi yang terkandung dalam makanan tersebut, kebiasaan makan yang salah kemiskinan, penyediaan pangan, dan lain sebagainya. Yang kedua adalah faktor sekunder dimana faktor ini dapat mempengaruhi akibat dari faktor yang menyebabkan zat zat gizi yang tidak sampai

ke dalam sel sel tubuh setelah makanan dikonsumsi.

Seorang anak yang berumur balita atau bayi masih sangat rentan dengan kekurangan gizi ataupun penyebaran penyakit, oleh sebab itu diharapkan para orang tua harus selalu memantau dan memahami terkait tumbuh kembang anak dan gizi yang diberikan kepada anak. Setiap anak harus mendapatkan gizi yang seimbang karena dengan gizi yang seimbang anak dapat bertumbuh dengan baik, memiliki daya tahan tubuh yang baik, memiliki fisik yang aktif dan selalu semangat dalam beraktivitas. Jika anak tidak mendapatkan gizi yang seimbang maka hal tersebut dapat mempengaruhi tumbuh kembang sang anak seperti gagal tumbuh atau stunting dimana stunting dapat terjadi kepada anak usia balita yang kekurangan gizi kronis, kurus yang berkaitan dengan kekurangan zat gizi akut pada suatu periode waktu tertentu yang mengakibatkan tubuh mengambil cadangan energi yang tersimpan, obesitas yang terjadi kepada anak yang makan berlebihan dari yang diharuskan akibatnya terjadi penimbunan lemak dalam tubuh anak.

Tanda anak balita dengan gizi kurang diantaranya berat badan dan tinggi badan tidak sesuai dengan usia. Solusi bagi anak balita dengan status gizi kurang adalah pemberian makanan tambahan (Betoko A, 2017). Selain itu kekurangan gizi dapat ditandai dengan hal lain seperti daya tahan tubuh anak yang rendah, pertumbuhan anak yang lambat, kecerdasan anak yang kurang dan produktivitas yang rendah. Anak balita dengan status gizi lebih maka diharapkan orang tua mengatur pola makan serta kebutuhan gizi anak. Pemberian makanan lokal selama 1 bulan terjadi peningkatan BB/U, BB/TB pada anak yang diberikan perlakuan (Ariani, 2010). Pada anak balita dilakukan pemantauan status gizi yang dinilai dari berat badan dan tinggi badan anak untuk meningkatkan perkembangan anak, sehingga anak terhindar dari kejadian stunting.

Usaha orang tua dalam menyeimbangkan gizi anak dapat dimulai dari memberikan makanan yang dapat memenuhi kebutuhan tumbuh kembang anak, seperti dari kebutuhan karbohidrat anak yang dapat diperoleh dari buah buahan, sayur, kacang kacangan, dan biji bijian. Kebutuhan lemak dimana lemak akan sangat berguna sebagai salah satu zat pembentuk energi di dalam tubuh, lemak bisa diperoleh dari daging, margarin, minyak goreng dan lain sebagainya. Kebutuhan protein yang sangat penting untuk proses pertumbuhan anak selain itu juga sebagai cadangan energi jika asupan energi yang dimiliki didalam tubuh kurang atau terbatas, protein sendiri ada dua yaitu protein hewani yang berasal dari hewan atau berbagai olahannya seperti ikan, telur, susu, keju, dan daging merah. Yang kedua adalah protein nabati yang berasal dari tanaman atau berbagai olahannya seperti tahu, tempe, dan kacang kedelai. Kebutuhan vitamin dan mineral dimana untuk anak usia dini sangat membutuhkan vitamin dan mineral dalam proses pertumbuhannya, dimana jika anak kekurangan vitamin akan berakibat pada tubuh anak yang kurang bertenaga dan mudah terserang penyakit, jika kekurang mineral anak akan mengalami sering pusing dan mudah lelah. Adapun makanan yang lebih baik dihindari dan tidak diberikan kepada anak adalah makanan yang terlalu berminyak makanan cepat saji, makanan pinggir jalan yang belum terjamin kebersihannya, penggunaan garam yang berlebihan, dan makanan berpengawet. Untuk bayi kebutuhan gizi yang seimbang didapatkan dari ASI ibu dimana ASI merupakan makanan yang terbaik untuk bayi karena dapat memenuhi semua zat gizi yang dibutuhkan bayi sampai usia 6 bulan, sesuai dengan perkembangan sistem pencernaan, murah dan bersih. Oleh karena itu setiap bayi harus memperoleh ASI Eksklusif yang berarti sampai usia 6 bulan hanya diberi ASI saja.

Orang tua dapat memantau gizi pada anak bayi dan balita dapat dilihat melalui KMS (Kartu Menuju Sehat) dengan menggunakan indikator perkembangan berat badan sesuai dengan pertambahan umur bayi dan balita. Dimana didalam KMS (Kartu Menuju Sehat) terdapat Tabel IMT (Indeks Masa Tubuh) yang dapat menunjukkan pertumbuhan bayi dan balita dalam bentuk suatu ukuran yang berkaitan dengan kekurangan atau kelebihan berat badan. KMS (Kartu Menuju Sehat) diberikan oleh bidan desa setempat kepada saat ibu membawa bayi atau balita untuk melakukan timbangan secara rutin pada setiap bulannya.

KESIMPULAN

Pengabdian Masyarakat yang telah dilaksanakan di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo telah dilaksanakan dengan baik dan berjalan dengan lancar. Ibu balita yang sedang mengikuti posyandu memberikan respon yang baik dan menerima segala bentuk saran dengan baik.

Hasil yang diperoleh dari pelaksanaan pengabdian masyarakat di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo terkait Pemantauan Status Gizi Balita Ditinjau dari Berat Badan, Umur dan Tinggi Badan kepada Masyarakat diperoleh hasil bahwa dari 18 anak balita yang melaksanakan penimbangan berat badan dan mengukur tinggi badan, terdapat 2 (11%) anak balita dengan status gizi kurang, 1 (6%) anak balita dengan gizi lebih, dan 15 (83%) dengan status gizi baik. Penyuluhan ini juga memberikan pengetahuan terkait gizi balita kepada ibu balita, agar terus memantau terkait gizi balita agar tetap seimbang, sehingga tidak akan berpengaruh pada tumbuh kembang balita.

Keberhasilan dari kegiatan ini, diharapkan semua anak di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo dapat tumbuh dan berkembang secara optimal sehingga

program pemerintah dalam meningkatkan taraf kesehatan masyarakat akan tercapai. Peningkatan pengetahuan terkait gizi anak kepada orang tua juga sangat penting dilakukan,

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Buana Husada Ponorogo, ibu bidan, bapak kepala desa beserta jajaran, dan orang tua serta anak balita Di Dusun Desan Desa Pintu Kecamatan Jenangan Kabupaten Ponorogo karena telah meluangkan waktu untuk hadir dan mengikuti kegiatan sampai selesai.

DAFTAR PUSTAKA

Ariani., Winda. 2010. *Pengaruh Pemberian Makanan Lokal Terhadap Status Gizi Anak Balita Gizi Kurang Di Kelurahan Sambiroto Kecamatan Tembalang Kota Semarang.* R Medicine General Universitas Diponegoro.

Betoko A., Lioret S., Heude B., Hankard R., Carles S., Forhan A., Regnault N., Botton J., Charles Ma., De Lauzon-Guillain B., Eden. 2017. *Influence of infant feeding patterns over the first year of life on growth from birth to 5 years.* Pubmed.

Ferianti, Rika Sri Wahyuni,Dewinny Septalia Dale. 2019. *Pemeriksaan Pertumbuhan Tinggi Badan dan Berat Badan Bayi dan Balita.* Vol 1, No 1. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

Kementerian Kesehatan. 2018. *Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) Tahun 2017.* Jakarta: Direktorat Gizi Masyarakat

Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2020. *Anak Usia Dini Itu Keren.* Jakarta: Direktorat Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar, dan Pendidikan Menengah

- Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
2014. *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014 tentang Pedoman Gizi Seimbang*. Jakarta : Direktorat Gizi Masyarakat
- Pudjiadi A., Hegar HB. 2010. Pedoman pelayanan medis Ikatan Dokter Anak Indonesia. Jakarta: Ikatan Dokter Anak Indonesia
- Soetjiningsih. 2012. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: EGC
- Supariasa, I Dewa Nyoman., Heni Purwaningsih. 2019. Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Stunting Pada Balita Di Kabupaten Malang. Vol 1 No 2 (2019) E-Jurnal Inovasi Dan Pembangunan Daerah
- Wahidiyat, Iskandar; Sastroasmoro, Sudigdo. 2014. Pemeriksaan Klinis Pada Bayi dan Anak. Cetakan pertama. Jakarta: Sagung Seto