

# ABDIMAS UNIVERSAL

<http://abdimasuniversal.uniba-bpn.ac.id/index.php/abdimasuniversal>

DOI: <https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v4i1.177>

Received: 24-11-2021

Accepted: 30-04-2022

## Pemenuhan Gizi Seimbang untuk Bayi dan Balita di Ranting Aisyiah Prenggan, Kota Gede, Yogyakarta

Hanifah Rahmi Fajrin<sup>1\*</sup>; Erika Loniza<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

<sup>1\*</sup>E-mail: [hanifah.fajrin@vokasi.umy.ac.id](mailto:hanifah.fajrin@vokasi.umy.ac.id)

### Abstrak

Program dapur sehat balita merupakan gerakan pemberdayaan yang muncul selama pandemi covid 19 sebagai solusi bagi pemantauan dan pemenuhan gizi balita melalui posyandu di lingkungan ranting Aisyiah Prenggan, Kota Gede, Yogyakarta. Program ini melibatkan ibu-ibu kader posyandu di ranting Aisyiah tersebut. Adanya keterbatasan ilmu, dana, dan jumlah kader mengakibatkan kegiatan ini tidak bisa berjalan dengan maksimal. Oleh karena itu, perlu dibuat program pemberdayaan untuk memaksimalkan kegiatan dapur sehat balita, seperti: menyediakan menu sehat dengan gizi seimbang untuk bayi dan balita di ranting Aisyiah, Prenggan, Kota Gede. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi: observasi ke lokasi untuk mendata jumlah bayi/balita, mendistribusikan makanan dengan gizi seimbang, dan dilanjutkan dengan pengecekan berat badan bayi dan balita. Kegiatan pengabdian telah dilaksanakan dengan menerapkan protokol kesehatan dengan menyediakan menu sehat untuk 20 bayi/balita dan didapatkan data bahwa terdapat peningkatan berat badan bayi/balita sekitar 78.95%.

**Kata Kunci:** Gizi, Bayi, Balita, Posyandu

### Abstract

The toddler healthy kitchen program is an empowerment movement that emerged during the covid 19 pandemic as a solution for monitoring and fulfilling toddler nutrition through posyandu in the Aisyiah Prenggan, Kota Gede, Yogyakarta. This program involves posyandu cadres in the aisyiah community. Due to limited knowledge, funds, and the number of cadres, this activity cannot run optimally. Therefore, it is necessary to create an empowerment program to maximize healthy kitchen activities for toddlers, such as: providing healthy menus with balanced nutrition for infants and toddlers in the Aisyiah branch, Prenggan, Kota Gede. The methods that is executed are: doing observation to the community service location, distributing of the food menu, and checking the infants/toddlers's weight. Community service activities have been carried out by implementing the health protocol by providing healthy menus for 20 infants/toddlers. It can be conclude that there is an increas in the infants/toddlers's weight about 78.95%

**Keywords:** Nutrition; Toddler; Baby; Integrated Healthcare Centre

### 1. Pendahuluan

Dengan adanya pandemi COVID-19, keadaan darurat yang diikuti dengan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) akan berdampak signifikan tidak hanya terhadap aktivitas masyarakat tetapi juga terhadap kondisi ekonomi sebagian besar masyarakat yang bekerja di sektor informal. Kondisi ini dikhawatirkan berdampak pada penurunan akses dan daya beli masyarakat terhadap pangan bergizi (Andarwulan et al., 2020; Chandra & Humaedi, 2020). Jika hal ini tidak diantisipasi, akan timbul kerawanan pangan yang meningkatkan risiko masalah gizi akut (malnutrisi dan gizi buruk) pada kelompok rentan, bahkan masalah gizi kronis (*stunting*) dapat meningkat jika tanggap darurat COVID-19 dilakukan dalam jangka waktu yang lebih lama (situasi darurat), terutama pada bayi dan anak kecil (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2020).

Bayi dan balita (di bawah usia lima tahun) merupakan kelompok usia yang berisiko tinggi terhadap berbagai masalah kesehatan, termasuk masalah gizi. Selama periode ini, anak perlu diberikan nutrisi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Asupan gizi lengkap balita dapat dilihat dari status gizi balita (Susanti, 2021). Jika status gizi balita di bawah normal, maka dapat diprediksi asupan gizi balita tidak mencukupi. Isu gizi anak di bawah 5 tahun yang mendapat perhatian yang layak saat ini adalah masalah gizi kurang (Wardiani & Intan, 2021). Masalah gizi pada balita akan berdampak jangka pendek seperti gangguan pertumbuhan dan perkembangan, serta efek jangka panjang pada kemampuan anak untuk bersekolah dan mungkin menurunkan produktivitas di masa dewasa. Masalah

gizi pada balita juga dapat meningkatkan risiko kematian pada bayi (Zainuddin et al., 2019).

Masalah gizi yang dihadapi balita disebabkan oleh berbagai faktor seperti akibat kebiasaan makan balita. Pada balita, perlu diperhatikan cara penyiapan menu, pemilihan dan penyiapan bahan makanan, serta penyajian makanan. Nutrisi yang baik melibatkan pengaturan dan pemberian menu yang bervariasi. Kebiasaan makan yang buruk dipengaruhi oleh pilihan makanan yang tidak tepat untuk balita, seperti makanan berlemak dan jajanan. Pada bayi dan balita dibutuhkan gizi dan menu seimbang dan memenuhi kebutuhan karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral dalam tubuh. Hal itu bisa didapat dari konsumsi nasi, lauk pauk, sayur, buah, susu, dan lain sebagainya (Agrina et al., 2020).

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya permasalahan gizi buruk pada balita adalah; tinggi badan ibu, BBLR dan status ekonomi (Rochmah, 2017). Hal ini merupakan faktor risiko yang berhubungan dengan *stunting* pada balita usia 24-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas di Yogyakarta termasuk di desa Prenggan Kota Gede. Sehubungan dengan hal ini, sulitnya memenuhi kebutuhan gizi yang cukup dan seimbang selama pandemi covid sangat dirasakan oleh ibu-ibu Aisyiah Ranting Prenggan, Kota Gede Yogyakarta. Oleh karena itu, dibutuhkan suatu program pengabdian kepada masyarakat berupa pelayanan gizi seimbang yang bertujuan untuk meningkatkan mutu gizi perseorangan dan masyarakat dengan prioritas pada kelompok rawan, yaitu bayi dan balita pada situasi pandemi COVID-19 ini (Kompas, 2020).

Setelah mendalami berbagai kasus gizi buruk yang terjadi, maka dibentuklah relawan dapur sehat balita yang terdiri dari ibu-ibu kader Aisyiah dan posyandu di desa Prenggan, Kota Gede, Yogyakarta (News, 2021). Kegiatan ini bertujuan untuk memantau tumbuh kembang bayi dan balita. Program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan diantaranya, seperti: pendistribusian makanan tambahan gizi seimbang, pemberian informasi kepada orang tua bayi dan balita agar memiliki keterampilan dalam memantau tumbuh kembang bayi dan balita secara mandiri di rumah masing-masing dengan mengundang pakar (ahli gizi) (Andarwulan et al., 2020; Susilowati et al., 2021).

## 2. Bahan dan Metode

Kegiatan yang dilaksanakan, yaitu:

- 1) Pemenuhan gizi seimbang terhadap bayi dan balita berupa vitamin dan asupan makan utama lainnya yang akan direalisasikan dua kali dalam sebulan.
- 2) Edukasi terhadap orang tua bayi dan balita, terutama ibu-ibu tentang bagaimana cara

memenuhi gizi kepada bayi dan balita dengan menu-menu makanan seimbang yang mudah dan terjangkau oleh pakar gizi (dokter gizi) atau dengan membagikan buku saku panduan gizi bayi/balita.

- 3) Pemantauan terhadap tumbuh kembang bayi dan balita berupa pemeriksaan berat dan tinggi badan bayi.



**Gambar 1. Gambaran IPTEK Pengabdian Masyarakat**

Berdasarkan Gambar 1, dapat dilihat bahwa pertama tim akan melakukan observasi ke lokasi mitra pengabdian kepada masyarakat (PRM Aisyiah Prenggan, Kota Gede). Selanjutnya akan dilakukan pemberdayaan kepada relawan dapur sehat balita berupa pelaksanaan kegiatan membagikan menu sehat, bergizi dan seimbang kepada bayi dan balita diikuti dengan kegiatan edukasi (Maulina et al., 2020). Untuk monitoring, akan dilakukan kegiatan pengecekan berat badan dan tinggi bayi/balita. Sebelum kegiatan pengabdian kepada masyarakat berakhir, akan dilakukan evaluasi untuk mengecek sejauh mana keberhasilan program.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) dilaksanakan dengan menerapkan protokol Kesehatan. Adapun kegiatan dihadiri oleh ibu-ibu kader Aisyiah Prenggan. Terdapat 2 (dua) RT yang terlibat disini, yaitu RT 41 dan RT 42. Berikut alur persiapan dan pelaksanaan kegiatan:

### A. Observasi

Sebelum kegiatan dilaksanakan, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan observasi ke lokasi mitra. Observasi ini untuk

meminta data jumlah bayi dan balita di lokasi tersebut. Setelah observasi, didapatkan data sekitar 20 bayi dan balita yang akan diberikan pelayanan menu gizi seimbang. Foto observasi dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Observasi dengan ibu-ibu Aisyiah

### B. Pelaksanaan

Pelaksanaan pengabdian dilakukan di Pendopo RT 41, Prenggan. Adapun alur dari pelaksanaan, yaitu:

- 1) Orang tua (Ibu) bayi/balita datang secara bergantian. Setelahnya dilakukan cek suhu dan cuci tangan. Disini bayi/balita tidak diperkenankan hadir karena termasuk dalam golongan rentan terpapar COVID-19 (Susilawati et al., 2021).
- 2) Kemudian ibu-ibu mengisi presensi, dan buku kontrol bayi/balita yang berisi data pantauan terhadap kondisi bayi/balita, seperti: umur, berat dan tinggi badan, masih ASI atau sudah MPASI (Agrina et al., 2020; Deharja et al., 2020).
- 3) Terakhir, ibu-ibu beralih ke meja selanjutnya untuk mengambil buku saku “Edukasi Kesehatan dan Gizi Bayi”, yang berisi penyusunan menu sehat beserta tumbuh kembang bayi. Buku ini sebagai pengganti edukasi dari ahli gizi, karena belum diperkenankan untuk berkumpul melakukan penyuluhan. Ibu-ibu juga mengambil menu gizi seimbang untuk bayi/balita mereka. Menu makanan terdiri dari susu, nasi, lauk pauk (ayam, sop tahu sayur, buah) (Anggraini et al., 2021).

Berikut beberapa foto pelaksanaan kegiatan:



Gambar 3. Pemberian menu dan buku saku



Gambar 4. Foto menu makanan

Seperti yang terlihat pada Gambar 4, komposisi makanan untuk bayi dan balita, yaitu: nasi (pemberian makanan padat bisa diberikan dari usia 12 bulan ke atas), lauk pauk (ayam goreng, sop tahu), sayur (bayam, wortel), dan susu. Menu tersebut disesuaikan dengan buku panduan pemenuhan gizi seimbang untuk bayi dan balita (Admin, 2021) .



Gambar 5. Foto bersama ibu-ibu Aisyiah

Saat melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat didapatkan data selama kegiatan ini dilaksanakan di Kelurahan Prenggan dari bulan Januari sampai bulan Juni 2021. Data berupa umur, jenis

kelamin dan berat badan bayi/balita. Tim pelaksana pengabdian juga melakukan analisis terhadap data tersebut. Data dapat dilihat pada Tabel 1.

**Tabel 1.**  
**Data Berat Badan Bayi dan Balita**

No	Nama	Jenis kelamin	Umur (bulan)	Hasil penimbangan (kg)					
				Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun
1	Rajendra	L	12	7,5	7,6	8	8,2	8,2	8,6
2	M.Fatihul	L	11	8,2	8,6	8,6	8,6	8,7	8,8
3	Banapsha	P	9	6	6	6,3	7	7	7,3
4	Tama	L	6	5	5	5,33	6,9	7	6,8
5	Kirania	P	43	12,3	12	12,7	12,7	12,7	13,2
6	Kayyisa	P	49	12	12,7	12,5	12,5	12,5	12,6
7	kattaria	P	41	12	12,2	12,2	12,5	12,5	12,8
8	Izzati	P	33	9	9,2	9,2	9,5	9,5	10
9	Shofiyah	P	28	9,2	9,2	10,4	10	10	10
10	Hanami	P	26	9,2	9,7	9,5	9,6	10	9,5
11	Arjuna	L	54	15	15	15,3	15	15	16,2
12	Cello	L	53	17	17	16,9	16,7	16,9	17,8
13	Fifian	P	46	13	13,2	13,2	12,5	12,5	12,5
14	M. Faqeh	L	41	13,3	13,6	13,7	14	14,1	14,3
15	Rafiq	L	33	11,2	12	12	12	12,3	12,5
16	Abimanyu	L	33	13,5	13,6	13,6	14,2	15,2	16
17	Distirta	P	27	9	9,4	9,3	8,8	9	10
18	Nufail	L	26	10	10	11,3	12	12,1	11,7
19	Kalandra	L	25	10	10	10	10,3	10,5	10,8

Berdasarkan Tabel 1, diketahui bahwa dari bulan Januari sampai Juni 2021, terdapat setidaknya peningkatan berat badan bayi/balita sekitar 78,95% dari 19 bayi/balita. Dari angka ini, penulis menyimpulkan bahwa selama kegiatan ini dilaksanakan masih ada berat badan bayi yang menurun (tidak selalu bertambah) sekitar lebih kurang 21,05%. Hal ini bisa diakibatkan karena kurang rutinnnya kegiatan dilaksanakan dan tidak terpantaunya asupan bayi/balita di luar kegiatan.

Selain itu, terdapat rata-rata penambahan berat badan sebesar 200 gram selama bulan Januari-Juni. Berdasarkan teori, dikatakan bahwa normalnya pertambahan berat badan bayi pada usia 1-5 bulan adalah 500-900 gram. Ketika bayi sudah berumur lebih dari 5 bulan dan sudah mulai aktif, penambahan berat badannya hanya sekitar 200-300 gram, dan bahkan ada yang mengalami penurunan berat badan dikarenakan bayi yang sudah mulai aktif. Dapat dikatakan kegiatan ini sangat berkontribusi dalam peningkatan berat badan bayi dan pencegahan *stunting* (Chandra & Humaedi, 2020).

#### 4. Kesimpulan dan Saran

Setelah dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dapat dijelaskan bahwa kegiatan pemenuhan gizi bayi/balita yang dilakukan pada masa pandemi ini sangat dibutuhkan karena bayi/balita juga

terkena dampak dari kondisi ekonomi yang tidak stabil dari orang tua. Data yang dikumpulkan dari Januari hingga Juni menunjukkan bahwa 19 bayi/balita mengalami kenaikan berat badan 78,95%.

Untuk selanjutnya perlu adanya monitoring secara berkala terhadap kegiatan ini, agar kegiatan dapat rutin dilakukan sekali dalam sebulan dengan melibatkan juga pihak dari puskesmas/posyandu.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Terima Kasih kepada LP3M Universitas Muhammadiyah Yogyakarta sebagai pemberi hibah pengabdian kepada masyarakat.

#### 6. Daftar Rujukan

- Admin. (2021). *Buku saku Edukasi Kesehatan dan Gizi untuk Bayi dan Balita*. Kementerian Kesehatan R.I.
- Agrina, A., Erika, E., & Hasneli, Y. (2020). Peningkatan peran kelompok pendukung gizi balita di masyarakat di masa pandemi Covid-19. *Unri Conference Series: Community Engagement*, 2, 402-408. <https://doi.org/10.31258/unricsce.2.402-408>
- Andarwulan, S., Choliq, M. I., & Suwarso, L. M. I. (2020). Pemanfaatan Teknologi Digital Smart Care Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Balita Di Era Pandemi



- Covid-19 Di Kelurahan Siwalankerto. *Prosiding Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat (HAPEMAS) 2, December*, 73–78.
- Anggraini, N. N., Anjani, R. D., Ilmu, F., Dan, K., & Semarang, M. (2021). Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Pangan Dan Gizi*, 11(01), 42–49.
- Chandra, B. R., & Humaedi, S. (2020). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Partisipasi Orang Tua Anak Dengan Stunting Dalam Pelayanan Posyandu Di Tengah Pandemi Covid19. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 7(2), 444. <https://doi.org/10.24198/jppm.v7i2.28870>.
- Deharja, A., Santi, M. W., & Yunus, M. (2020). Peningkatan Kompetensi Kader Dalam Upaya Pencegahan Stunting Balita Pada Masa Pandemi Covid -19 Melalui Implementasi E-Posyandu Di Desa Kemuning Lor Jember. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Masyarakat 2020*, 29–34.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pelayanan GIZI Pada Masa Tanggap Darurat Pandemi COVID-19* (pp. 11–27). Kementerian Kesehatan R.I.
- Kompas. (2020). *Pandemi Perburuk Masalah Balita Kurang Gizi*. <https://lifestyle.kompas.com/read/2020/12/30/114511020/pandemi-perburuk-masalah-balita-kurang-gizi>.
- Maulina, C., Vioito, C., Insani, L. A., Nuranisa, R., Amalina, N. N., & Musta, S. (2020). Edukasi Perawatan Balita Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Kelurahan Gondrong , Tangerang Children ' S Care Education in the Covid-19 Pandemic Time in Gondrong Kelurahan , Tangerang. *Jurnal Layanan Masyarakat*, 4(2), 434–440. <https://e-journal.unair.ac.id/jlm/article/viewFile/23474/12820>.
- News, T. (2021). *Peran Pos Yandu Menurunkan Stunting di Masa Pandemi Covid-19 - Tribunnews*. <https://www.tribunnews.com/tribunners/2021/01/20/peran-pos-yandu-menurunkan-stunting-di-masa-pandemi-covid-19>
- Rochmah, A. M. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stunting Pada Balita Usia 24-59 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Wonosari I. In *Kebidanan*.
- Susanti, K. dkk. (2021). Optimalisasi Kepercayaan Ibu Menyusui Pada Masa Pandemi Covid-19. *Abdimas Universal*, 3(2), 107–110.
- Susilawati, E., Sulaeman, A., & ... (2021). Peningkatan Ketahanan Pangan Dan Pemenuhan Gizi Keluarga Di Masa Pandemi Covid 19. *Jurnal Pengabdian ...*, 1(2), 39–44. [https://www.ejurnal.stikes-bth.ac.id/index.php/P3M\\_JUPEMAS/article/view/645](https://www.ejurnal.stikes-bth.ac.id/index.php/P3M_JUPEMAS/article/view/645).
- Susilowati, L., Trisetiyaningsih, Y., & Nursanti, I. (2021). Pencegahan Stunting Pada Balita selama masa pandemi covid-19 melalui edukasi audiovisual. *Community Empowerment*, 6(4), 563–567.
- Wardiani, S. R., & Intan, T. (2021). Pemberdayaan Kaum Ibu melalui Solidaritas Bantuan Pangan pada Masa Pandemi Covid-19 di Wilayah Perumahan Kota Bekasi. *Abdimas Universal*, 3(2), 123–128. <https://jurnal.industri.uniba-bpn.ac.id/index.php/abdimasuniversal/article/view/136>.
- Zainuddin, D., Wiratmani, E., & Usman, R. (2019). Pengabdian Kepada Masyarakat Anggota Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga di Kelurahan Cinere dan Kelurahan Gandul Depok Jawa Barat. *Abdimas Universal*, 1(2), 1–4. <https://doi.org/10.36277/abdimasuniversal.v1i2.28>.