

Penyuluhan parenting terhadap peningkatan pengetahuan orang tua tentang pola asuh dan gizi seimbang

Zulia Shafa Azhari¹, Evi Nofiandari², Ferris Aulia Rahma³, Bhakti Gusti Walinegoro^{4*}

¹ Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

² Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

³ Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

⁴ Administrasi Publik, Fakultas Ekonomi, Ilmu Sosial dan Humanior, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

E-mail: bhaktigustiwalinegoro@unisayogya.ac.id

Abstrak

Masalah gizi buruk dan kekurangan gizi pada anak balita di Indonesia masih tinggi dan berdampak serius pada tumbuh kembang anak. Untuk mengatasi isu ini, mahasiswa bidan dan ahli gizi melakukan kolaborasi dalam penyuluhan kepada orang tua di daerah terdampak, khususnya di Padukuhan Bogor II, Gunung Kidul. Tujuan dari inisiatif ini adalah meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh yang baik dan pentingnya gizi seimbang untuk mencegah masalah gizi pada anak. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan Partisipatif Action Research (PAR), yang terdiri dari tiga tahapan: pre-test, penyuluhan, dan post-test. Penilaian pre-test dan post-test menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan ibu setelah penyuluhan. Sebagian besar responden (100%) menunjukkan pemahaman yang baik mengenai pentingnya gizi dan cara pemenuhannya. Namun, masih terdapat dua responden yang kurang memahami pola asuh, asih, dan asuh, serta cara stimulasi pada anak. Hasil dari program ini menunjukkan potensi padukuhan Bogor II, Gunung Kidul sebagai wilayah yang dapat dikembangkan lebih lanjut dalam hal edukasi gizi. Masyarakat menunjukkan minat dan respons positif terhadap program edukasi, yang membuka peluang untuk pengembangan lebih lanjut dalam bentuk intervensi yang lebih spesifik dan berkelanjutan. Melalui program edukasi yang melibatkan mahasiswa bidan dan ahli gizi, terjadi peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu. Peserta edukasi menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang kebutuhan gizi anak, pentingnya variasi makanan, dan tanda-tanda kekurangan gizi, meskipun masih diperlukan upaya lebih lanjut untuk meningkatkan pemahaman secara menyeluruh. Sebagai rekomendasi, dengan adanya kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan semoga kedepannya di Padukuhan Bogor II dapat mengadakan lebih banyak pengajaran tentang memasak makanan bergizi dan menegenai pemantauan pola asah, asih asuh anak untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal di Padukuhan Bogor II. Selain itu, hasil dari kegiatan ini diharapkan akan tercipta lingkungan yang lebih mendukung bagi perkembangan anak-anak, serta meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan keluarga di Padukuhan Bogor II.

Kata Kunci Gizi; Pengetahuan Ibu; Gizi pada Balita; Pola Asah Asih dan Asuh

Abstract

The problem of malnutrition and malnutrition in children under five in Indonesia is still high and has a serious impact on children's growth and development. To overcome this issue, student midwives and nutritionists collaborate in counseling to parents in affected areas, especially in Padukuhan Bogor II, Gunung Kidul. The purpose of this initiative is to increase parents' knowledge about good parenting and the importance of balanced nutrition to prevent nutritional problems in children. The method used in this study is the Participatory Action Research (PAR) approach, which consists of three stages: pre-test, counseling, and post-test. The pre-test and post-test assessments showed an increase in the average maternal knowledge after counseling. Most respondents (100%) showed a good understanding of the importance of nutrition and how to fulfill it. However, there are still two respondents who do not understand parenting, love, and nurturing, as well as how to stimulate children. The results of this program show the potential of the Bogor II district, Gunung Kidul as an area that can be further developed in terms of nutrition education. The community showed interest and positive responses to educational programs, which opened up opportunities for further development in the form of more specific and sustainable interventions. Through educational programs involving students, midwives and nutritionists, there has been a significant increase in maternal knowledge. Participants showed a better understanding of children's nutritional needs, the importance of food variety, and signs of malnutrition, although more efforts are needed to improve overall understanding. As a recommendation, with the counseling activities that have been carried out, hopefully in the future in Padukuhan Bogor II can hold more teaching about cooking nutritious food and monitoring patterns of sharpening and caring for children to support optimal growth and development of children in Padukuhan Bogor II. In addition, the results of this activity are expected to create a more supportive environment for children's development, as well as improve the quality of life and family welfare in Padukuhan Bogor II.

Keywords Nutrition; Maternal Knowledge; Nutrition in Toddlers; Patterns of Loving and Parenting



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



PENDAHULUAN

Masalah gizi buruk, kekurangan gizi, dan kekerasan pada anak balita di Indonesia merupakan isu kompleks yang berakar pada berbagai faktor. Kondisi ini sangat memprihatinkan karena berdampak serius pada tumbuh kembang anak, baik secara fisik maupun mental. Terdapat sekitar 16% balita Indonesia mengalami gangguan perkembangan baik perkembangan saraf maupun perkembangan otak. Dan 35,7% balita yang mengalami gangguan perkembangan dilihat dari cukup tingginya angka gangguan bicara dan bahasa pada anak Indonesia yaitu sekitar 2,3-24,6% dan juga prevalensi keterlambatan bicara dan bahasa pada anak sekolah itu 5-10% (Prastiwi, 2019).

Pada 2018, prevalensi stunted di Kota Yogyakarta urutan ke-1 berada di Gunung Kidul dengan jumlah 18,47% balita. Balita di Gunung Kidul terutama di Kecamatan Ponjong, masih ditemukan permasalahan mengenai kesehatan gizi khususnya stunting (Murti et al., 2020).

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa masalah gizi pada anak balita di Indonesia masih perlu mendapat perhatian serius. Baik pada tahun 2017 maupun 2018, sekitar 3-4% anak mengalami gizi buruk dan 11-12% lainnya kekurangan gizi (Sylvia et al., 2022). Gunung Kidul, sebuah kabupaten di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta, menghadapi tantangan kesehatan yang signifikan terkait dengan gizi seimbang. Masyarakat di daerah ini sering kali mengalami masalah gizi yang disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, pengetahuan gizi yang kurang, dan kondisi perekonomian.

Pengetahuan mengenai gizi merupakan kemampuan ibu dalam memahami segala informasi yang berhubungan dengan bahan makanan yang mengandung zat gizi untuk balita. Pengetahuan ibu mengenai pemberian makan pada anak dapat berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam pemberian makanan pada anaknya karena proses pembentukan perilaku dapat membentuk sikap dan kemudian dapat mempengaruhi terciptanya perilaku. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mampu menyediakan makanan dengan jenis dan jumlah yang tepat sesuai dengan kebutuhan usia pertumbuhan anak sehingga anak dapat tumbuh secara optimal dan tidak mengalami masalah pertumbuhan (Amalia et al., 2021).

Pertumbuhan dan perkembangan balita dapat dipengaruhi beberapa faktor, misalnya pendidikan, pendapatan keluarga, pekerjaan, pengetahuan gizi dan pola pengasuhan (asah, asih, asuh), ketersediaan pangan, sanitasi serta penyakit infeksi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Maria dan Adriani menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola asuh yaitu nutrisi, perawatan kesehatan dan perumahan, pola asah yaitu pemberian stimulasi, dan pola asih yaitu pemberian kasih sayang dengan pertumbuhan dan perkembangan pada balita (Razi et al., 2020).

Masih terdapat beberapa tantangan dalam pemenuhan gizi dan tumbuh kembang anak di Playen, Padukuhan Bogor II, Gunung Kidul. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah kurangnya pengetahuan orang tua mengenai pola asuh yang tepat dan pentingnya gizi seimbang sejak dini. Memahami kondisi tersebut, mahasiswa bidan dan ahli gizi berinisiatif kolaborasi untuk mengadakan kegiatan penyuluhan.

Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan orang tua mengenai praktik parenting yang baik serta memberikan panduan praktis dalam menyusun menu makanan bergizi untuk anak-anak TK. Bidan dan ahli gizi memiliki peran yang sangat penting dalam upaya mengatasi masalah gizi pada anak balita. Bidan sebagai tenaga kesehatan primer memiliki akses langsung ke keluarga dan dapat memberikan konseling terkait kesehatan ibu dan anak. Sementara itu, ahli gizi memiliki pengetahuan mendalam tentang nutrisi dan dapat memberikan panduan yang tepat mengenai pemberian makanan pada anak. Kolaborasi antara keduanya dapat menghasilkan intervensi yang lebih komprehensif dan efektif. Dengan demikian, diharapkan dapat mencegah terjadinya masalah gizi pada anak dan serta meningkatkan pengetahuan orang tua mengenai pola asuh anak untuk mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Oleh karena itu, tujuan kegiatan ini adalah untuk

meningkatkan pengetahuan ibu tentang pola asah, asih, asuh dan gizi seimbang di TK ABA Bogor 1, Padukuhan Bogor II dengan metode penyuluhan.

METODE

Pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan Partisipatif Action Research (PAR). Kegiatan ini akan dilaksanakan pada 30 Agustus 2024 Di TK ABA Bogor I, Padukuhan Bogor II, Kalurahan Playen, Kapanewon Playen, Gunung Kidul. Sasaran dalam pengabdian masyarakat ini merupakan ibu balita yang berada di TK ABA padukuhan Bogor II. Total populasi adalah 13 orang.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga tahapan yaitu Pre-test, penyuluhan, dan Post-test. Tahap pertama pre-test, bertujuan untuk mengukur sejauh mana pengetahuan peserta mengenai pola asah, asih, asuh dan pemberian gizi yang sering mereka terapkan.

Pada tahap kedua, peserta akan menerima materi dari tim pengabdian masyarakat. Materi yang disampaikan meliputi pola asah, asih, asuh dan pemberian gizi pada balita, usai pemaparan materi, peserta diberi kesempatan untuk bertanya langsung kepada pemateri guna memperdalam pemahaman mereka.

Pada tahap ketiga, peserta akan melakukan post test melalui beberapa pertanyaan tertulis. Tahap ini bertujuan untuk menilai sejauh mana pengetahuan peserta berkembang setelah penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

TK ABA Bogor I terletak di Padukuhan Bogor II, Kalurahan Playen, Kapanewon Playen, Gunung Kidul. Sebagian besar wali murid bekerja sebagai petani dan ibu rumah tangga. Pada pelaksanaannya semua peserta (13 orang) , menghadiri kegiatan hingga selesai sehingga capaian sasaran dalam kegiatan ini adalah 100%. Materi penyuluhan disampaikan oleh mahasiswa dari kebidanan dan gizi serta didampingi oleh guru di TK ABA Bogor I.



Gambar 1. Penyuluhan Pola asah, asih, asuh dan gizi balita

Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan cara edukasi dan diskusi. Materi yang disampaikan terdiri dari Kebutuhan dasar anak, Pola Asah, Asih, dan Asuh; Gizi seimbang, Edukasi cara pemberian dan penyajian makanan pada anak. Materi disampaikan menggunakan media power point agar mudah di pahami oleh sasaran. Penyuluhan mengenai pola asah, asih, asuh dan gizi seimbang balita salah satunya bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Ibu dalam memberi perawatan dan perlindungan pada anaknya, meningkatkan pengetahuan ibu menegani gizi seimbang dan pemenuhan gizi pada anak, praktik cara pemberian makanan kepada anak secara bervariasi serta pengasuhan psikososial. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan berlangsung selama kurang lebih 60 menit di TK ABA Bogor I, Kalurahan Playen, Kapanewon Playen, Gunung Kidul.

Tabel 1. Hasil pre dan post test

No	Responden	Sebelum Penyuluhan	Setelah Penyuluhan	Peningkatan
1	Responden 1	80	100	20 poin
2	Responden 2	80	100	20 poin
3	Responden 3	80	100	20 Poin
4	Responden 4	80	100	20 poin
5	Responden 5	80	100	20 poin
6	Responden 6	100	100	0
7	Responden 7	60	80	20 poin
8	Responden 8	60	80	20 poin
9	Responden 9	60	80	20 poin
10	Responden 10	80	100	20 poin
11	Responden 11	80	100	20 poin
12	Responden 12	60	100	40 poin
13	Responden 13	60	100	40 poin

Dari hasil penilaian pre dan post test responden telah didapatkan hasil, terjadi peningkatan rata-rata pengetahuan ibu. Pada soal gizi balita 100% responden memiliki pengetahuan baik mengenai pentingnya gizi pada anak dan cara pemenuhan gizi anak. Namun, berdasarkan data pre dan post test pada kategori pola asah, asih dan asuh, diketahui masih terdapat 2 orang responden yang belum paham mengenai pola asah terutama cara stimulasi tumbuh kembang pada anak.

Peran ibu sangat penting dalam mendukung tumbuh kembang anak melalui stimulasi, pemenuhan dalam mengasuh, dan pemberian asupan gizi yang seimbang. Oleh karena itu, penting bagi orang tua untuk memiliki pemahaman dasar tentang gizi anak usia dini agar dapat memberikan makanan yang sehat kepada anak mereka. Pengetahuan ibu mengenai gizi memainkan peran besar dalam perkembangan dan pertumbuhan anak-anaknya. Orang tua dengan pengetahuan yang kurang dapat menyebabkan rendahnya kualitas asupan makanan anak, yang berdampak negatif pada tumbuh kembang mereka (Murti, Budiani, dan Darmaputri, 2020).



Gambar 2. Pengerjaan pre dan post test, diskusi tanya jawab

Pengetahuan orang tua mempengaruhi peningkatan status gizi anak, yang berkontribusi pada pencapaian tumbuh kembang yang optimal. Salah satu aspek penting dari kebutuhan dasar anak adalah kebutuhan asah, yang mendukung stimulasi kecerdasan anak. Stimulasi ini meliputi aspek psikososial dan sosial. Kekurangan gizi pada balita dapat mengganggu perkembangan kognitif, motorik, bahasa, dan keterampilan mereka.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini menghadapi beberapa kendala, terutama terkait dengan kondisi ruang yang digunakan. Masalah ini muncul karena penyuluhan dilakukan di ruang kelas bersama siswa, yang membuat suasana menjadi kurang kondusif. Meski begitu, para ibu menunjukkan antusiasme yang

tinggi dalam mendengarkan dan memperhatikan materi yang disampaikan. Mereka juga aktif bertanya dan berdiskusi sepanjang acara.

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terlihat adanya peningkatan pengetahuan ibu setelah mengikuti penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu tentang pola asah, asih, asuh dan gizi seimbang pada balita.

SIMPULAN

Melalui program edukasi yang melibatkan mahasiswa bidan dan gizi, terjadi peningkatan signifikan pada pengetahuan ibu. Peserta edukasi menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang kebutuhan gizi anak, pentingnya variasi makanan, dan tanda-tanda kekurangan gizi. Selain itu, mereka juga menjadi lebih paham mengenai kebutuhan dasar anak seperti pola asah, asih dan asuh, prinsip-prinsip stimulasi, kasih sayang, dan disiplin positif dalam kehidupan sehari-hari.

Sebagai rekomendasi, dengan adanya kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan semoga ke depannya di Padukuhan Bogor II dapat mengadakan lebih banyak pengajaran tentang memasak makanan bergizi dan mengenai pemantauan pola asah, asih asuh anak untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal di Padukuhan Bogor II. Selain itu, hasil dari kegiatan ini diharapkan akan tercipta lingkungan yang lebih mendukung bagi perkembangan anak-anak, serta meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan keluarga di Padukuhan Bogor II.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Guru-guru di TK ABA Bogor I yang telah memberikan kesempatan dan bersedia menyediakan fasilitas tempat untuk terlaksananya kegiatan ini. Terimakasih kepada teman-teman mahasiswa KKN Unit 13 yang telah memberikan dukungan materil sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Terima kasih juga kami sampaikan kepada Kepala dan seluruh staff LPPM Universitas Aisyiyah Yogyakarta serta kepada Kepala Padukuhan Bogor II yang telah bersedia menerima kami untuk dapat bermasyarakat dan melaksanakan kegiatan program kerja di Padukuhan Bogor II.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, I. D., Lubis, D. P. U., & Khoeriyah, S. M. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Relationship Between Mother's Knowledge on Nutrition and the Prevalence of Stunting on Toddler. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 12(2), 146–154.
- Anggraeni, L. D., Toby, Y. R., & Rasmada, S. (2021). Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita. *Faletehan Health Journal*, 8(02), 92–101. <https://doi.org/10.33746/fhj.v8i02.191>
- Merita, M., Chandra, F., & Nurbintang, G. (2021). Upaya Peningkatkan Pengetahuan Tentang Pola Asuh Gizi Balita di Desa Pulau Melako. *E-Dimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 12(1), 173–177. <https://doi.org/10.26877/e-dimas.v12i1.5894>
- Munawaroh, H., Nada, N. K., Hasjiandito, A., Faisal, V. I. A., Heldaanita, H., Anjarsari, I., & Fauziddin, M. (2022). Peranan Orang Tua Dalam Pemenuhan Gizi Seimbang Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Sentra Cendekia*, 3(2), 47. <https://doi.org/10.31331/sencenivet.v3i2.2149>
- Murti, F. C., Suryati, S., & Oktavianto, E. (2020). Hubungan Berat Badan Lahir Rendah (Bblr) Dengan Kejadian Stunting Pada Balita Usia 2-5 Tahun Di Desa Umbulrejo Kecamatan Ponjong Kabupaten Gunung Kidul. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 16(2), 52. <https://doi.org/10.26753/jikk.v16i2.419>
- Nirmalasari, R., Aldianor, A., Asfari, E. P., Anand, R., Septiani, R., & Nurhalisa, S. (2021). Penguatan Pola Asuh Terhadap Tumbuh Kembang Anak Usia Dini Dalam Keluarga Melalui Pemberdayaan Masyarakat Di Desa Petak Bahandang. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 270. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v5i1.4816>
- Nugrahmi, M. A., & Haninda Nusantri Rusdi, P. (2020). Pola Asah Dan Asuh Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Di Puskesmas Air Bangis, Pasaman Barat. *MIKIA: Mimbar Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak (Maternal and Neonatal Health Journal)*, 22–29. <https://doi.org/10.36696/mikia.v4i2.15>
- Prastiwi, M. H. (2019). Pertumbuhan dan Perkembangan Anak usia 3-6 tahun. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 242–249.
- Rahmadini, S. N., Ita, R., Sari, P., & Noeraini, A. R. (2024). Penyuluhan Pola Asah, Asih, Asuh Orang Tua sebagai Upaya Pencegahan Stunting. *Seminar Nasional Sains, Kesehatan, Dan Pembelajaran*, 2(1), 51–56.
- Razi, P., Surayah, & Widia. (2020). Promosi Kesehatan Dengan Pola Asah, Asih Dan Asuh Dalam Meningkatkan Kemandirian Menyikat Gigi Pada Anak Usia Dini Di Tk Khalifah 2 Jambi Tahun 2019. *Jurnal Salam Sehat*

- Masyarakat*, 01(02), 7–12.
- Reynaldy Valentino Pratama Marpaung, Yoseph Leonardo Samodra, & Slamet Sunarno Harjosuwarno. (2021). Hubungan pola asuh terhadap status gizi pada anak tk di Kota Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 10(1), 65–70.
- Romadhoni, M. B., Rohmatin, H., & Supriyadi, B. (2024). Hubungan Pola Asuh Makan dengan Status Gizi Balita. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 6(5), 2151–2158.
<https://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP/article/view/3097/2283>
- Sitompul, Stefani, O., Samodra, Yoseph, L., & Kuntjoro, I. (2020). Hubungan Pola Makan Anak Dengan Status Gizi Siswa Tk Bopkri. *Indonesian Journal of Nursing Health Science*, 5(2), 126–133.
- Sylvia, S., Kurniawati, E. Y., & Ashari, A. (2022). Pertumbuhan, Perkembangan, Dan Kesehatan Mental Emosional Anak Pra Sekolah Usia 36-72 Bulan. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 7(2), 25–31.
<https://doi.org/10.48092/jik.v7i2.159>