



PENDAMPINGAN NUTRISI DAN EDUKASI TUMBUH KEMBANG ANAK MELALUI KONSELING GRATIS DI PEKALANGAN KOTA CIREBON

Rudy Dwi Laksono, Ana Rosyana, Esah Siti Aisyah, Ike Junita Triwardhani

Program Studi Magister Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Komunikasi, Universitas Islam Bandung



***Corresponding author**

Rudy Dwi Laksono

Email : rudydwilaksono@gmail.com

HP: 08126510650

Kata Kunci:

Komunikasi Konseling;
Pendampingan Orang Tua;
Stunting;
Konseling;
Intervensi Kesehatan;

Keywords:

*Counseling Communication;
Parental Guidance;
Stunting;
Counseling;
Health Intervention*

ABSTRAK

Masa balita adalah periode krusial dalam pembangunan SDM unggul, sehingga orang tua perlu memiliki fondasi kuat dalam pemenuhan gizi untuk mendukung tumbuh kembang anak. Pada 2023, Badan Pusat Statistik mencatat 440 balita stunting di Kecamatan Pekalipan, dengan 33 di antaranya berada di Kelurahan Pekalangan. Konseling gratis bertujuan meningkatkan pengetahuan orang tua tentang gizi dan tumbuh kembang anak melalui metode partisipatif. Hasilnya menunjukkan peningkatan pemahaman dan sikap orang tua terhadap pentingnya gizi seimbang serta komitmen memantau tumbuh kembang anak melalui posyandu. Pendekatan berbasis budaya terbukti efektif dalam intervensi kesehatan masyarakat.

ABSTRACT

The early childhood period is a critical phase in developing quality human resources, requiring parents to establish a strong foundation in fulfilling nutritional needs to support children's growth and development. In 2023, the Central Statistics Agency recorded 440 stunted children in Pekalipan District, with 33 of them in Pekalangan Village. Free counseling aimed to enhance parents' knowledge of nutrition and child development using a participatory approach. The results showed improved parental understanding and attitudes toward the importance of balanced nutrition and a commitment to monitoring their children's growth through community health services (posyandu). Culturally-based approaches have proven effective in public health interventions.

PENDAHULUAN

Peningkatan kesehatan masyarakat, terutama gizi dan tumbuh kembang anak, menjadi prioritas utama pembangunan nasional untuk menciptakan generasi yang sehat, cerdas, dan produktif (Mayar & Astuti, 2021). Namun, tantangan pemenuhan gizi tetap signifikan, terutama di daerah perkotaan seperti Kota Cirebon. Data menunjukkan terdapat 440 balita stunting di Kecamatan Pekalipan, dengan 33 di antaranya berada di Kelurahan Pekalangan (Badan Pusat Statistik Kota Cirebon, 2024).

Masa balita adalah periode kritis yang membutuhkan dukungan lingkungan keluarga harmonis. Sayangnya, banyak keluarga belum menyadari perannya dalam membentuk karakter dan memenuhi gizi anak. Untuk mengatasi hal ini, diperlukan pendekatan multidimensional, termasuk edukasi, pemberdayaan masyarakat, dan optimalisasi layanan kesehatan di Puskesmas Pekalangan. Sebagai fasilitas kesehatan primer, Puskesmas memiliki peran strategis dalam memberikan konseling gizi dan memantau tumbuh kembang anak.

Program pengabdian masyarakat bertujuan meningkatkan kapasitas Puskesmas dalam layanan konseling serta memberdayakan masyarakat melalui edukasi berbasis lokal. Dengan pendekatan partisipatif, kegiatan melibatkan konseling individu, monitoring, dan evaluasi tumbuh kembang anak. Program ini mengacu pada *Teori Difusi Inovasi* dari Everett Rogers untuk memastikan penyebaran informasi gizi yang efektif (Paparini et al., 2021).

Optimalisasi layanan kesehatan di Puskesmas juga membutuhkan integrasi teknologi, seperti aplikasi pencatatan gizi, untuk meningkatkan efisiensi program (Scherdel et al., 2016). Studi menunjukkan bahwa intervensi berbasis keluarga dan komunitas, seperti yang dilakukan di Bangladesh melalui *Community-Based Management of Acute Malnutrition* (CMAM), dapat menurunkan stunting secara signifikan (Bhutta et al., 2013). Pendekatan serupa dapat diadaptasi di Kota Cirebon dengan memanfaatkan kader kesehatan lokal.

Lebih lanjut, intervensi holistik di Burkina Faso (Lanou et al., 2019), Honduras (Siega-Riz et al., 2014) dan Indonesia (Prado et al., 2017) yang menggabungkan edukasi nutrisi dan suplementasi gizi membuktikan dampak positif jangka panjang terhadap status gizi anak. Program *Positive Deviance* juga menunjukkan efektivitas pendekatan berbasis praktik lokal dalam meningkatkan gizi anak (Triatmaja et al., 2023).

Implementasi teori dan penelitian relevan, seperti *Early Childhood Development Integrated Services* di Indonesia yang berhasil menurunkan stunting hingga 15% dalam tiga tahun (Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia, 2020), mempertegas pentingnya penguatan layanan kesehatan primer di Puskesmas. Dengan melibatkan masyarakat secara langsung melalui pendekatan berbasis kebutuhan lokal, program ini diharapkan menjadi solusi inovatif untuk mendukung target pemerintah menurunkan prevalensi stunting dan membangun generasi Indonesia yang sehat dan berdaya saing pada 2045 (Bappenas RI, 2020).

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan diawali dengan tahap persiapan. Pertama, melakukan identifikasi masalah dan kebutuhan masyarakat sekitar dengan wawancara dan kuesioner.

Kedua, Mempersiapkan materi edukasi, dan jadwal kegiatan berdasarkan hasil survei awal dan analisis kebutuhan. Terakhir di tahap perencanaan yaitu melakukan koordinasi dengan para stakeholders. Selanjutnya, tahap persiapan terbagi menjadi dua kegiatan yaitu edukasi orang tua dan masyarakat terkait dengan gizi seimbang melalui konseling gratis bersama dokter umum dan ahli gizi. Yang kedua, mengadakan kampanye kesehatan melalui kegiatan lomba menu MPASI. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan metode partisipatif atau melibatkan masyarakat secara aktif dengan tujuan untuk meningkatkan rasa memiliki dan memastikan keberlanjutan program. Hal ini sesuai dengan prinsip pemberdayaan masyarakat dalam meningkatkan derajat kesehatan (Luisi & Hämel, 2021). Dengan metode ini, diharapkan kegiatan dapat berjalan efektif, berdampak nyata, dan menjadi model yang dapat direplikasi di wilayah lain. Tahapan yang terakhir yaitu melakukan evaluasi dengan menganalisis juga melakukan penilaian peningkatan pengetahuan orang tua terkait dengan gizi dan tumbuh kembang anak sebelum dan sesudah konseling dilaksanakan, serta menyusun laporan akhir dan publikasi.

HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan konseling dimulai pada pukul 09.00 sampai dengan pukul 11.00 dengan jumlah receiver sebanyak 8 orang, jadi masing-masing klien mendapatkan konseling selama kurang lebih 15 menit. Konseling dilakukan oleh seorang ahli gizi dari dinas kesehatan kota Cirebon dan dokter umum yang bekerja di tempat mitra PKM.

Kegiatan konseling nutrisi dan edukasi tumbuh kembang anak yang berlangsung di Pekalongan, Kota Cirebon, merupakan langkah penting dalam mendukung kesehatan masyarakat. Dengan durasi konseling selama 15 menit untuk setiap klien, kegiatan ini memberikan kesempatan bagi orang tua untuk mendapatkan panduan nutrisi yang komprehensif dari ahli gizi dan dokter umum. Konseling yang diberikan oleh tenaga kesehatan yang berkompeten telah terbukti meningkatkan pemahaman orang tua tentang pola makan yang sehat dan praktik pemberian makan pada anak, sebagaimana diungkapkan dalam penelitian bahwa edukasi nutrisi dapat meningkatkan pengetahuan orang tua dan mengurangi risiko malnutrisi pada anak-anak (Palombo et al., 2018).

Selain itu, pemberian konseling nutrisi di tingkat komunitas memiliki dampak signifikan dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Studi menunjukkan bahwa program edukasi dan konseling nutrisi dapat meningkatkan kualitas pola makan anak-anak, termasuk diversitas diet, yang berperan dalam mendukung perkembangan kognitif dan fisik mereka (Kuchenbecker et al., 2017). Kegiatan ini juga menjadi contoh nyata kolaborasi antara pemerintah daerah dan mitra kesehatan dalam menyediakan layanan gratis yang berdampak pada peningkatan kesehatan anak-anak di wilayah tersebut.

Rata – rata usia receiver paling muda usia 23 tahun dan paling tua berusia 50 tahun (neneknya) semuanya perempuan, beragama islam, berasal dari Cirebon. 2 orang berpendidikan sarjana dan 6 orang Pendidikan akhir SLTA. Sosial ekonomi menengah dan kebanyakan berstatus Ibu Rumah Tangga, 1 orang sebagai pegawai swasta, 1 orang lagi sebagai guru.

Profil peserta konseling dalam program pendampingan nutrisi dan edukasi tumbuh kembang anak di Pekalongan, Kota Cirebon, mencerminkan keberagaman latar belakang sosial dan pendidikan masyarakat setempat. Mayoritas penerima

konseling adalah perempuan berusia antara 23 hingga 50 tahun, dengan dua orang berpendidikan sarjana dan enam orang lulusan SLTA. Latar belakang sosial ekonomi peserta tergolong menengah, dengan sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga, sementara dua lainnya bekerja sebagai pegawai swasta dan guru. Karakteristik ini menunjukkan pentingnya peran program konseling dalam memberikan akses edukasi kesehatan kepada berbagai kelompok masyarakat, terutama ibu rumah tangga yang memegang peranan kunci dalam pengasuhan anak. Penelitian sebelumnya menekankan bahwa pengetahuan ibu tentang nutrisi sangat berpengaruh pada status gizi dan perkembangan anak-anak mereka (Kuchenbecker et al., 2017).

Konteks agama dan budaya juga menjadi elemen penting dalam pendekatan konseling ini, mengingat semua peserta beragama Islam. Program ini dapat menyesuaikan materi edukasi dengan mempertimbangkan nilai-nilai budaya dan agama, seperti mendorong konsumsi makanan halal dan praktik makan sehat dalam Islam. Studi menunjukkan bahwa pendekatan yang berbasis budaya dapat meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan masyarakat (Bhanot et al., 2023). Dengan demikian, program konseling ini tidak hanya memberikan manfaat dalam hal peningkatan pengetahuan nutrisi, tetapi juga memperkuat kesesuaian praktik kesehatan dengan nilai-nilai lokal, sehingga dampaknya menjadi lebih signifikan dan berkelanjutan.

Hal – hal yang ditanyakan selama konseling 5 orang bertanya tentang status gizi dan cara penyajian makanan, 1 orang bertanya tentang kesehatan pencernaan (pola BAB yang tidak teratur) dan 2 orang tua bertanya tentang kekhawatiran perkembangan anaknya dalam hal motorik halus dan Bahasa serta sosialisasi. Orang tua yang mendapatkan konseling menyatakan sudah memahami tentang cara mengolah makanan supaya anak mendapatkan gizi seimbang yang sebelumnya mereka tidak ketahui dan menyatakan akan terus memantau tumbuh kembang anaknya secara rutin mengikuti kegiatan posyandu dan melakukan intervensi seperti yang ada di buku Kesehatan ibu dan anak yang berwarna pink.

Kegiatan konseling yang dilakukan dalam program pendampingan nutrisi dan edukasi tumbuh kembang anak di Pekalangan, Kota Cirebon, menunjukkan keberhasilan dalam memenuhi kebutuhan informasi orang tua mengenai nutrisi dan perkembangan anak. Dari delapan peserta konseling, lima di antaranya bertanya tentang status gizi dan cara penyajian makanan yang tepat untuk anak. Hal ini menunjukkan tingginya kesadaran dan keinginan orang tua untuk memberikan makanan bergizi seimbang, yang merupakan elemen penting dalam mendukung tumbuh kembang anak secara optimal. Penelitian telah menunjukkan bahwa edukasi tentang penyajian makanan dapat meningkatkan diversitas diet anak, yang penting untuk memenuhi kebutuhan mikronutrien mereka (Kuchenbecker et al., 2017).

Selain itu, satu peserta bertanya tentang kesehatan pencernaan anak, khususnya terkait pola buang air besar (BAB) yang tidak teratur, dan dua peserta lainnya mengungkapkan kekhawatiran tentang perkembangan motorik halus, bahasa, dan sosialisasi anak. Permasalahan ini menunjukkan bahwa orang tua tidak hanya memperhatikan kebutuhan gizi anak tetapi juga aspek perkembangan lainnya. Konseling semacam ini sangat penting untuk memberikan informasi yang komprehensif, termasuk hubungan antara pola makan yang sehat dengan kesehatan pencernaan dan perkembangan anak. Studi lain juga menekankan bahwa edukasi yang mencakup aspek kesehatan holistik dapat meningkatkan kesejahteraan anak

secara keseluruhan, termasuk perkembangan motorik dan kognitif mereka (Vaivada et al., 2017).

Hasil konseling menunjukkan perubahan positif dalam pengetahuan dan sikap orang tua, yang kini memahami pentingnya penyajian makanan bergizi seimbang dan berkomitmen untuk terus memantau tumbuh kembang anak melalui kegiatan posyandu. Mereka juga merujuk pada panduan dalam buku Kesehatan Ibu dan Anak yang berwarna pink, yang merupakan sumber informasi penting dalam memandu intervensi tumbuh kembang anak. Pendekatan yang berbasis pada sumber terpercaya ini dapat meningkatkan keberlanjutan praktik sehat di rumah tangga. Studi menunjukkan bahwa keterlibatan orang tua yang didukung oleh materi edukasi dan panduan praktis dapat berkontribusi pada peningkatan kesehatan anak secara signifikan (Bhanot et al., 2023).

Pendampingan nutrisi dan edukasi tumbuh kembang anak di Pekalongan, Kota Cirebon, dapat dianalisis melalui teori *Diffusion of Innovation* (DoI) yang dikembangkan oleh Rogers. Program ini mencerminkan lima atribut inovasi dalam DoI: (1) *relative advantage* terlihat dari manfaat yang dirasakan peserta dalam peningkatan pengetahuan gizi dan kesehatan anak; (2) *compatibility* ditunjukkan oleh relevansi program dengan kebutuhan peserta, seperti informasi tentang penyajian makanan dan perkembangan anak; (3) *complexity* yang rendah karena materi edukasi menggunakan pendekatan praktis dan panduan sederhana; (4) *trialability*, peserta dapat langsung menerapkan saran yang diberikan; dan (5) *observability*, dengan hasil seperti komitmen peserta untuk memantau perkembangan anak melalui posyandu (Dearing & Cox, 2018).

Keberhasilan program ini juga bergantung pada peran *early adopters* dalam DoI, yaitu peserta dengan kesadaran tinggi terhadap pentingnya informasi gizi yang akan menyebarkan manfaat inovasi ke komunitas mereka. Penggunaan media seperti buku panduan Kesehatan Ibu dan Anak sebagai alat bantu juga mendukung difusi inovasi ini melalui *communication channels* yang efektif. Studi menunjukkan bahwa penerapan DoI dalam intervensi kesehatan memfasilitasi adopsi inovasi di berbagai konteks sosial dengan memperkuat hubungan antara elemen inovasi dan kebutuhan masyarakat lokal (Iqbal & Zahidie, 2022). Pendekatan ini menjadi model yang relevan untuk mendukung keberlanjutan dan dampak jangka panjang dari program pendampingan nutrisi.



Gambar 1. Setelah Sesi Konseling

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertema konseling gizi dan tumbuh kembang anak di Puskesmas Pekalangan, Kota Cirebon, telah memberikan dampak positif bagi penerima manfaat. Berdasarkan hasil observasi, beberapa poin penting yang menjadi kesimpulan adalah adanya peningkatan pemahaman orang tua mengenai gizi seimbang, penyajian makanan, dan stimulasi tumbuh kembang anak. Selain itu, hasil observasi dan kegiatan juga menunjukkan bahwa pendekatan yang berbasis budaya dapat meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik Kota Cirebon. (2024). *Kecamatan Pekalipan dalam angka 2024. Cirebon: Badan Pusat Statistik Kota Cirebon.*
- Bappenas RI. (2020). *Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional 2020-2024.*
- Bhanot, A., Sethi, V., Murira, Z., Singh, K. D., Ghosh, S., & Forissier, T. (2023). Right message, right medium, right time: powering counseling to improve maternal, infant, and young child nutrition in South Asia. *Frontiers in Nutrition*, 10. <https://doi.org/10.3389/FNUT.2023.1205620/PDF>
- Bhutta, Z. A., Das, J. K., Rizvi, A., Gaffey, M. F., Walker, N., Horton, S., Webb, P., Lartey, A., & Black, R. E. (2013). Evidence-based interventions for improvement of maternal and child nutrition: what can be done and at what cost? *The Lancet*, 382(9890), 452–477.
- Dearing, J. W., & Cox, J. G. (2018). Diffusion Of Innovations Theory, Principles, And Practice. *Health Affairs*, 37 2(2), 183–190. <https://doi.org/10.1377/HLTHAFF.2017.1104>
- Iqbal, M., & Zahidie, A. (2022). Diffusion of innovations: a guiding framework for public health. *Scandinavian Journal of Public Health*, 50(5), 533–537. <https://doi.org/10.1177/14034948211014104>
- Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia. (2020). Peta Jalan Percepatan Pencegahan Stunting Indonesia 2018-2024. *TP2AK Sekretariat Wakil Presiden Republik Indonesia*, 1–24.
- Kuchenbecker, J., Reinbott, A., Mtimuni, B., Krawinkel, M. B., & Jordan, I. (2017). Nutrition education improves dietary diversity of children 6-23 months at community-level: Results from a cluster randomized controlled trial in Malawi. *PLoS ONE*, 12(4). <https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0175216>
- Lanou, H. B., Osendarp, S. J. M., Argaw, A., De Polnay, K., Ouédraogo, C., Kouanda, S., & Kolsteren, P. (2019). Micronutrient powder supplements combined with nutrition education marginally improve growth amongst children aged 6-23 months in rural Burkina Faso: A cluster randomized controlled trial. *Maternal & Child Nutrition*, 15(4). <https://doi.org/10.1111/MCN.12820>
- Luisi, D., & Hämel, K. (2021). Community participation and empowerment in primary health care in Emilia-Romagna: A document analysis study. *Health Policy*, 125(2), 177–184.
- Mayar, F., & Astuti, Y. (2021). Peran gizi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(3), 9695–9704.
- Palombo, C. N. T., Fujimori, E., Toriyama, Á. T. M., & Duarte, L. S. (2018). Training in nutritional counseling : knowledge assessment and applicability in child ' s healthcare. *Revista Brasileira de Saude Materno Infantil*, 18(1), 67–74. <https://doi.org/10.1590/1806-93042018000100003>
- Paparini, S., Papoutsis, C., Murdoch, J., Green, J., Petticrew, M., Greenhalgh, T., & Shaw, S. E. (2021). Evaluating complex interventions in context: systematic, meta-narrative review of case study approaches. *BMC Medical Research Methodology*, 21(1). <https://doi.org/10.1186/S12874-021-01418-3>

- Prado, E. L., Sebayang, S. K., Apriatni, M., Adawiyah, S. R., Hidayati, N., Islamiyah, A., Siddiq, S., Harefa, B., Lum, J., Alcock, K. J., Ullman, M. T., Muadz, H., & Shankar, A. H. (2017). Maternal multiple micronutrient supplementation and other biomedical and socioenvironmental influences on children's cognition at age 9-12 years in Indonesia: follow-up of the SUMMIT randomised trial. *The Lancet. Global Health*, 5 2(2), 217–228. [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(16\)30354-0](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(16)30354-0)
- Scherdel, P., Dunkel, L., van Dommelen, P., Goulet, O., Salaün, J. F., Brauner, R., Heude, B., & Chalumeau, M. (2016). Growth monitoring as an early detection tool: a systematic review. *The Lancet. Diabetes & Endocrinology*, 4 5(5), 447–456. [https://doi.org/10.1016/S2213-8587\(15\)00392-7](https://doi.org/10.1016/S2213-8587(15)00392-7)
- Siega-Riz, A. M., Estrada Del Campo, Y., Kinlaw, A., Reinhart, G. A., Allen, L. H., Shahab-Ferdows, S., Heck, J., Suchindran, C. M., & Bentley, M. E. (2014). Effect of supplementation with a lipid-based nutrient supplement on the micronutrient status of children aged 6-18 months living in the rural region of Intibucá, Honduras. *Paediatric and Perinatal Epidemiology*, 28 3(3), 245–254. <https://doi.org/10.1111/PPE.12117>
- Triatmaja, N. T., Mahmudiono, T., Mamun, A. Al, & Abdullah, N. A. (2023). Effectiveness of Positive Deviance Approach to Reduce Malnutrition among under Five Children: A Systematic Review and Meta-Analysis of Interventional Studies. *Nutrients*, 15(8). <https://doi.org/10.3390/NU15081961>
- Vaivada, T., Gaffey, M. F., & Bhutta, Z. A. (2017). Promoting Early Child Development With Interventions in Health and Nutrition: A Systematic Review. *Pediatrics*, 140(2). <https://doi.org/10.1542/PEDS.2016-4308>