

## Pelatihan Pengaturan Porsi Makan Balita Melalui Metode Emotional Demonstration Sebagai Upaya Mencegah Stunting

Indria Nuraini, Yuni Khoirul Waroh  
Universitas PGRI Adi Buana Surabaya  
e-mail: [indria@unipasby.ac.id](mailto:indria@unipasby.ac.id), [yunirifdah@gmail.com](mailto:yunirifdah@gmail.com)

Diterima: Agustus 2021 | Dipublikasikan: Desember 2021

### ABSTRAK

Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) ini dilaksanakan di kelurahan Siwalankerto, Kecamatan Wonocolo, Kotamadya Surabaya, yang bertujuan untuk menurunkan angka kejadian *stunting* dengan cara meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku mengenai pengaturan porsi makan balita yang seimbang sesuai dengan usia dan pertumbuhannya kepada masyarakat khususnya Ibu Balita, Kader Posyandu, serta PKK di wilayah Kelurahan Siwalankerto melalui *Emotional Demonstration*. Dari hasil studi pendahuluan didapatkan data jumlah balita di Siwalankerto tahun 2018, 1.010 jiwa, *stunting* 144 balita, BGM 5 balita, Gizi kurang 4 balita. Melihat kondisi tersebut maka dibutuhkan solusi untuk mengatasi masalah pada Balita, terutama yang berkaitan dengan *stunting*. Metode yang digunakan dalam Pengabdian Pada Masyarakat ini adalah *Emotional Demonstration* (kegiatan berbasis perubahan perilaku dengan pendekatan emosional). Sasarannya adalah: ibu Balita, Kader Posyandu, serta PKK di wilayah Kelurahan Siwalankerto. Hasil kegiatan PPM ini adanya peningkatan pengetahuan, perubahan sikap dan perilaku dalam pengaturan porsi makan balita yang seimbang.

**Kata kunci:** *Emotional Demonstration, Balita, Porsi Makan, Stunting*

### ABSTRACT

*Community Service (PPM) is held in Siwalankerto, Wonocolo Sub-District, Kotamadya Surabaya with the title, which aims to reduce the number of stunting events by increasing knowledge and changing behavior about regulation of a balanced portion of toddler's, posyandu cadre and PKK in the siwalankerto through Emotional Demonstration (Behavior change based activities with an emotional approach). From preliminary study results obtained data on the number of children under five in siwalankerto in 2018, 1.010people, stunting 144 children, BGM 5 children, nutrition less than 4 children. Seeing these conditions, a solution is needed to overcome problems in toddlers, especially those related to stunting. The method used in this Community Service is Emotional Demonstration. The Target are : Toddlers, Posyandu Cadres and PKK in Siwalankerto. The results of PPM activities is to increase knowledge, change attitude and behaviors in balanced to toddlers eating arrangements.*

**Keywords:** *Toddlers, Portion of Meal, Emotional Demonstration, Stunting*

### PENDAHULUAN

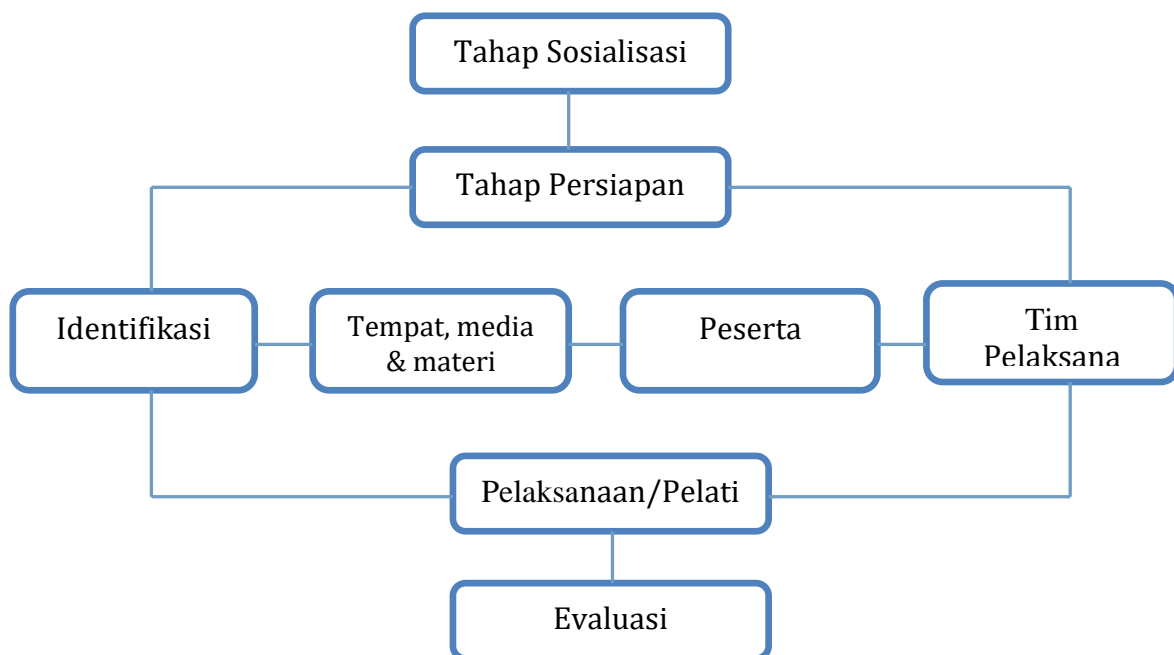
Usaha menjadikan Generasi Emas yaitu melalui Upaya meningkatkan kualitas hidup manusia serta membangun masyarakat Indonesia, yang tertuang dalam Nawa Cita ke-5. Namun cita-cita ini masih di bayangi dengan adanya *stunting* pada balita. *Stunting* merupakan suatu kondisi dimana tinggi badan balita lebih pendek dibandingkan dengan balita yang lain pada umur yang sama. Penyebab *stunting* pada balita yaitu dapat dimulai sejak hamil dengan Ibu Kekurangan Energi Kronik (KEK) maupun balita dengan Gizi Buruk, orang tua dengan tingkat pengetahuan yang kurangn tentang kesehatan dan gizi balita, layanan kesehatan berkualitas yang masih terbatas, kesempatan mendapatkan makanan bergizi masih rendah, dan belum terpenuhinya kebutuhan air bersih dan sanitasi yang baik. Dampak *stunting* pada balita dibagi dalam 2 kategori, yaitu jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek bisa terjadi adanya gangguan pada perkembangan otak, tingkat kecerdasan rendah, pertumbuhan fisik balita terganggu, serta gangguan metabolisme dalam tubuh. Sedangkan dampak jangka panjang seperti menurunnya kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya system imunitas

(kekebalan), dan beresiko terjadinya diabetes mellitus, jantung, obesitas, kanker, stroke dan disabilitas pada usia lanjut (Kementerian desa, 2017). Stunting pada Balita ataupun Baduta mempunyai dampak yang buruk untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. Baduta maupun Balita yang mengalami Stunting akan mengalami tingkat kecerdasan yang tidak maksimal, mudah sakit, dan produktivitasnya akan menurun pada masa yang akan datang. Menurut Riskesdas, Indonesia tahun 2018, Proporsi status gizi balita dengan Gizi Buruk (3,9%), Gizi Kurang (13,8%), sangat pendek (11,5%) dan status gizi pendek (19,3%), Proporsi status gizi balita di Jawa Timur; gizi buruk dan gizi kurang ( $\pm 16,78\%$ ), sangat pendek dan pendek ( $\pm 32,81\%$ ). Dan Proporsi status gizi baduta di Jawa Timur sangat pendek ( $\pm 15\%$ ) dan pendek ( $\pm 32\%$ ) (Riskesdas 2018, 2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Surabaya tahun 2018, proporsi status gizi buruk dan gizi kurang (14%), Proporsi status gizi sangat pendek dan pendek (30%) (Kesehatan et al., 2018).

Siwalankerto memiliki luas wilayah 1,98km<sup>2</sup>, dengan ketinggian wilayah 9m dari permukaan laut, dengan Jumlah 6 RW, RT 38, dan jumlah penduduk 17.683 jiwa, dengan kepadatan penduduk 8.931 jiwa/km<sup>2</sup>. Jumlah KK 5.491; bekerja 4.565, tidak bekerja 926. Tingkat pendidikan Kepala Keluarga : tidak tamat SD 160, Tamat SD, SLTP 927, Tamat SLTA 3.851, Tamat akademik/Universitas 553. Fasilitas kesehatan di Siwalankerto; poskeskel 1, posyandu 18, dan posyandu lansia 4. Jumlah balita di Siwalankerto tahun 2018, 1.010 jiwa, stunting 144 balita, BGM 5 balita, Gizi kurang 4 balita. Di Kelurahan Siwalankerto dari hasil Survey 200 Kepala Keluarga didapatkan 1% mengalami Stunting, 2,5% BGM, dan 11% Gizi Kurang. Berdasarkan dari masalah Status Gizi pada Balita di Kelurahan Siwalankerto sebagian besar orang tua belum mengetahui kebutuhan Gizi pada Balita ataupun Baduta dan salah dalam mengatur menu makan untuk Balita ataupun Baduta. Inilah menjadi dasar pemikiran Tim PPM Prodi D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya menjadikan Kelurahan Siwalankerto sebagai tempat PPM, yaitu untuk memberikan pengetahuan pada ibu balita tentang pengaturan porsi makan balita yang baik sesuai dengan usia dan perkembangannya, selain itu PPM ini juga membantu menurunkan dan mengatasi masalah stunting yang ada di wilayah Kelurahan Siwalankerto.

### METODE PELAKSANAAN

Pengabdian pada masyarakat dilakukan tanggal 20 Januari sampai dengan 15 Februari 2020 bertempat di Balai RW 06 dan RW 02 Kelurahan Siwalankerto, Wonocolo Surabaya.



Ada empat kegiatan utama yang harus dilakukan pada program pengabdian pada masyarakat ini, yaitu:

1. Sosialisasi program pengabdian pada masyarakat
  - a. Pembuat kebijakan (Bangkesbangpolitmas), Dinas Kesehatan Kota Surabaya, dan Kecamatan Wonocolo, melalui pengurusan perijinan.
  - b. Kelurahan Siwalankerto dan Puskesmas Siwalankerto, dengan penyampaian maksud dan tujuan program, koordinasi program PPM serta tindak lanjut program PPM
  - c. Ketua Kader PKK dan Ketua Kader Posyandu, dengan penyampaian maksud dan tujuan program, koordinasi waktu, tempat, dan sasaran pelaksanaan program PPM
  - d. Masyarakat khususnya Ibu Balita/Ibu Hamil, sosialisasi mengenai waktu dan tempat pelaksanaan program, tujuan dan manfaat program serta informasi mengenai program PPM yang akan dilakukan
2. Tahap persiapan  
Hal-hal yang disiapkan dalam program PPM ini yaitu:
  - a. Melakukan identifikasi/mendata jumlah balita. Hal ini dilakukan untuk mengidentifikasi jumlah balita, umur balita serta status gizi balita, sehingga dapat ditentukan berapa jumlah kelompok dan menjadwalkan program kegiatannya.
  - b. Menyiapkan tempat, media, materi dan konsumsi Program Emodemo. Pelaksanaan Emodemo dilakukan di Balai RW 6, peralatan yang disediakan yaitu banner, modul emodemo, piring porsi makan, kartu benar salah serta konsumsi dan souvenir.
  - c. Membuat undangan untuk Ibu Balita/Ibu Hamil baik yang ada resiko atau yang tidak beresiko (BGM, Gizi Kurang, Stunting, Ibu Hamil dengan KEK)
  - d. Persiapan tim pelaksana, dengan menentukan tim fasilitatornya dan narasumber
3. Tahap pelaksanaan  
Kegiatan PPM ini menggunakan metode *Emotional Demonstration* (Emo-Demo), yaitu kegiatan berbasis perubahan perilaku pada kelompok masyarakat dengan target utama ibu hamil dan ibu menyusui. Emo Demo di cetuskan oleh GAIN (*Global Alliance for Improved Nutrition*). Kegiatan ini mengembangkan kekutan emosional. Strategi Komunikasi Emo demo yaitu dengan menggabungkan *Behaviour Communication Change* (BCC), adalah suatu proses interaksi antara Individu, kelompok atau masyarakat dan *Behaviour Communication Definition* (BCD), adalah komunikasi yang memanfaatkan faktor psikologis dengan mengedepankan perasaan, kebutuhan dan pikiran.
4. Tahap evaluasi  
Pada tahap ini pelaksanaan pelatihan pengaturan porsi makan balita dilakukan evaluasi dan pemantauan secara bertahap dan terus menerus. Kemudian dilakukan pendokumentasian dan pelaporan.

### HASIL KEGIATAN

Kegiatan PPM pengaturan porsi makan mendapatkan hasil, yaitu adanya peningkatan pengetahuan ibu mengenai gizi balita, cara mengatur menu balita serta manfaat gizi seimbang untuk balita dengan pendekatan *Emotional Demonstration*. Pengetahuan, keterampilan dan motivasi mengenai pengaturan menu akan bertambah jika mendapatkan pendidikan gizi (Liando et al., 2019). Pendidikan gizi dengan melibatkan emosi (Emo Demo) merupakan salah satu metode yang efektif dalam memberikan pendidikan. Pada suatu penelitian di desa gebangan, krejengan dilakukan Emo Demo pada ibu balita mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita dalam pemberian MP-ASI(Zakiyyah et al., 2020). Pada penelitian yang lain mengenai peningkatan praktik cuci tangan dengan pendekatan Emo Demo didapatkan adanya peningkatan pengetahuan dan praktik siswa siswi MI Al Badri Kalisat Jember(Amareta & Ardianto, 2017). Selain memberikan informasi kesehatan, Emo Demo juga menggugah emosi seseorang sehingga mendorong terjadinya perubahan perilaku. Selain itu, PPM ini ditemukan perubahan perilaku secara bertahap mengenai cara mengatur porsi makan. Dalam pengaturan porsi makan sangat dipengaruhi oleh perilaku orang tua dalam mengatur menu dan komposisi makan yang tepat. Menurut soraya (2005), perilaku orang tua dalam pemberian makanan balita

sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, jenis pekerjaan, dan status social ekonomi (Soraya, 2005). Hasil penelitian yang lain, perilaku sangat ditentukan oleh pengetahuan, dengan kata lain orang yang memiliki pengetahuan yang tinggi akan berfikir dalam bertindak dan mengambil keputusan (Kristianto & Sulistyarini, 2013). Pada penelitian Chindra, Aminuddin dan Rahayu menyatakan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan sikap ibu baduta setelah mendapatkan edukasi tentang porsi makan anak dengan pendekatan Emo demo (Mamonto et al., 2019). Hal ini dikarenakan edukasi dilakukan dengan menggunakan media peraga sehingga memudahkan dalam menyampaikan informasi.



Gambar 1. *Emo Demo* (a) Salam Rumpi Sehat (b) Mengatur Piring Nasi (c) Kartu Benar Salah

### KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan Pengabdian pada Masyarakat ini berjalan dengan lancar mulai dari perencanaan sampai dengan pelaksanaan dan adanya dukungan yang positif dari Dinas Kesehatan Kota Surabaya, Kecamatan Wonocolo, Kelurahan Siwalankerto, Puskesmas Siwalankerto sampai dengan Ketua Kader Posyandu dan Warga RW 2 dan 6 kelurahan Siwalankerto. Hasil pengabdian ini adanya peningkatan pengetahuan dan sikap yang positif Ibu Balita tentang Pengaturan Porsi Makan. Kegiatan PPM ini harus dilakukan secara kontinu untuk memberikan pengetahuan atau edukasi ke masyarakat tentang pentingnya gizi pada balita.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya dan Kepala LPPM yang telah memfasilitasi pengabdian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Amareta, D. I., & Ardianto, E. T. (2017). Peningkatan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Sekolah dengan Metoda Emo Demo. *Kesehatan*, 9(2), 88–93.
- Kementerian desa, P. D. tertinggal dan T. (2017). Buku Saku Desa dalam Penanganan Stunting.
- Kesehatan, K., Badan, R. I., Kesehatan, P., Humaniora, P., & Kesehatan, M. (2018). Hasil utama riskesdas 2018 provinsi jawa timur, 1–82.
- Kristianto, Y., & Sulistyarini, T. (2013). The Factors That Influence Mother ' S Behavior in Giving Food Complement Of Breast Milk For Baby in Age 6-36 Month, 6(1), 99–108.

- Liando, C. R. C., Hidayat, N., & Setiyobroto, I. (2019). PENGGUNAAN METODE EMO DEMO TERHADAP PENGETAHUAN KURANG ENERGI KRONIS (KEK) IBU HAMIL DI PUSKESMAS GODEAN 1. *Respiratory Poltekkes Jogjakarta*. Retrieved from <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/id/eprint/1354>
- Mamonto, C. D., Syam, A., & Indriasari, R. (2019). Edukasi Emotional Demonstration Tentang Pemberian Makan Anak Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Ibu Baduta Emotional Demonstration Education About Child Feeding on the Level of Knowledge and Attitude of Baduta Mothers Chindra Dewi Mamonto , Aminuddin, I. Retrieved from [http://digilib.unhas.ac.id/uploaded\\_files/temporary/DigitalCollection/ZjNkNTZmOGJlZDYzMzVlZjQyMTVkOTU4ZjYwMGU0YjE0Nm0YjZjMQ==.pdf](http://digilib.unhas.ac.id/uploaded_files/temporary/DigitalCollection/ZjNkNTZmOGJlZDYzMzVlZjQyMTVkOTU4ZjYwMGU0YjE0Nm0YjZjMQ==.pdf)
- Riskesdas 2018. (2018). HASIL UTAMA RISKESDAS 2018 Kesehatan, 20–21. Retrieved from [http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi\\_rakorpop\\_2018/Hasil Riskesdas 2018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi_rakorpop_2018/Hasil_Riskesdas_2018.pdf)
- Soraya. (2005). *Resiko Pemberian MP-ASI Terlalu Dini*. <http://www.bayikita.wordpress.com>
- Zakiyyah, M., Natalia, M. S., & Ekasari, T. (2020). Pengaruh Emo Demo Terhadap Pemberian Menu MP ASI Pada BADUTA The Influence Of Emo Demo Against Provision Of MP ASI Menu on BADUTA dilakukan desa lokus program pencegahan dan Probolinggo , salah satunya adalah Desa, 7(1), 42–47