



PEMBERDAYAAN KELUARGA DALAM PENINGKATAN GIZI PADA BALITA KURANG GIZI DI GAMPONG NEUHEUN ACEH BESAR

Eva ¹, Ismail*², Said Usman³, Eva Dewi Yani⁴, Nisrina Hanum⁵

^{1,4,5} Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Serambi Mekkah, Aceh, Indonesia

² Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Aceh, Aceh, Indonesia

³ Program Studi Megister Kesehatan Masyarakat Universitas Syiah Kuala, Aceh Indonesia

* Corresponding Author : ismail@poltekkesaceh.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Gizi yang optimal merupakan fondasi penting bagi tumbuh kembang balita, sementara pemberdayaan keluarga menjadi kunci dalam pemenuhan kebutuhan gizi, terutama bagi balita yang mengalami kekurangan gizi. Di Kabupaten Aceh Besar, data Dinas Kesehatan tahun 2024 menunjukkan bahwa 5.025 balita mengalami stunting dengan prevalensi 16,2%. Kondisi serupa terlihat di Gampong Neuheun, di mana masalah status gizi masih menjadi perhatian serius. Dari data yang tersedia, sebanyak 19 balita (46,3%) mengalami kekurangan berat badan dan 13 balita (31,7%) berada pada kategori berat badan sangat kurang. Hanya 9 balita (22%) yang berada pada kategori normal, menggambarkan bahwa sebagian besar balita di wilayah ini berisiko mengalami gangguan pertumbuhan.

Tujuan: Mengetahui upaya, hambatan, dan dampak pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan gizi balita kurang gizi di Gampong Neuheun, Aceh Besar.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan desain studi kasus. Subjek penelitian adalah keluarga yang memiliki balita berusia 0–59 bulan dengan status gizi kurang, dipilih melalui purposive sampling. Total partisipan berjumlah 12 orang, terdiri atas 8 informan kunci (orang tua balita) dan 4 informan pendukung (tenaga kesehatan, kader posyandu, perangkat desa, dan tokoh masyarakat). Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, dan telaah dokumen posyandu. Analisis dilakukan secara tematik dan disajikan dalam bentuk naratif.

Hasil: Upaya pemberdayaan dilakukan melalui penerapan pola makan bergizi, menjaga kebersihan, dan partisipasi aktif dalam kegiatan posyandu. Hambatan utama meliputi kurangnya pengetahuan orang tua dan keterbatasan ekonomi. Dampaknya terlihat pada meningkatnya pemahaman gizi keluarga, perubahan pola konsumsi, serta perbaikan kesehatan dan berat badan balita.

Kesimpulan: Pemberdayaan keluarga berkontribusi signifikan dalam peningkatan gizi balita, namun membutuhkan dukungan berkelanjutan dari tenaga kesehatan dan pemerintah desa agar upaya perbaikan gizi lebih efektif dan berkelanjutan.

Kata Kunci : Kurang Gizi, Pemberdayaan Keluarga, Balita.

ABSTRACT

Background: Optimal nutrition is a crucial foundation for toddler growth and development, while family empowerment is key to meeting nutritional needs, especially for toddlers experiencing malnutrition. In Aceh Besar Regency, 2024 Health Office data shows that 5,025 toddlers experienced stunting, with a prevalence of 16.2%. A similar situation is seen in Neuheun Village, where nutritional status remains a serious concern. Based on available data, 19 toddlers (46.3%) were underweight, and 13 toddlers (31.7%) were in the severely underweight category. Only 9 toddlers (22%) were in the normal weight category, indicating that the majority of toddlers in this area are at risk of growth disorders.

Objective: To determine the efforts, barriers, and impact of family empowerment in improving the nutrition of malnourished toddlers in Neuheun Village, Aceh Besar.

Method: This study used a descriptive qualitative approach with a case study design. Subjects were families with toddlers aged 0–59 months with malnutrition, selected through purposive sampling. A total of 12 participants participated, consisting of 8 key informants (parents of toddlers) and 4 supporting informants (health workers, Posyandu cadres, village officials, and community leaders). Data were collected through

Info Artikel

Diterima : 07 Oktober 2025

Revisi : 15 Oktober 2025

Disetujui : 28 Oktober 2025

Dipublikasi : 30 Oktober 2025

in-depth interviews, observations, and Posyandu document review. Analysis was conducted thematically and presented in narrative form.

Results: Empowerment efforts were implemented through the implementation of nutritious diets, maintaining hygiene, and active participation in Posyandu activities. The main barriers included parents' lack of knowledge and economic constraints. The impact was seen in increased family understanding of nutrition, changes in consumption patterns, and improvements in toddler health and weight.

Conclusion: Family empowerment contributes significantly to improving toddler nutrition, but requires ongoing support from health workers and the village government for nutrition improvement efforts to be more effective and sustainable.

Keywords: Malnutrition, Family Empowerment, Toddlers.

PENDAHULUAN

Di Indonesia, tantangan gizi masih cukup kompleks karena adanya fenomena *double burden of malnutrition* atau beban ganda masalah gizi. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi *stunting* masih berada pada angka 21,6%, *wasting* 7,7%, dan *underweight* 17,1%. Di sisi lain, prevalensi obesitas pada balita juga mengalami peningkatan, yang menunjukkan bahwa masalah gizi lebih mulai menjadi ancaman serius. Kondisi ini mencerminkan adanya kesenjangan dalam pemenuhan gizi masyarakat, yang dipengaruhi oleh faktor sosial, ekonomi, budaya, pola konsumsi, serta akses terhadap layanan kesehatan.

Kesehatan masyarakat merupakan aspek fundamental dalam mewujudkan pembangunan berkelanjutan, dan status gizi anak balita menjadi salah satu indikator utama keberhasilan pembangunan kesehatan. Masa balita, yang dikenal sebagai *golden period*, adalah fase kritis pertumbuhan dan perkembangan fisik maupun kognitif yang menentukan kualitas hidup di masa depan. Pada periode ini, tubuh memerlukan asupan gizi yang optimal untuk mendukung perkembangan otak, sistem imun, serta pertumbuhan organ tubuh secara keseluruhan. Namun, di Indonesia, tantangan masalah gizi masih menjadi pekerjaan rumah yang serius. Data nasional menunjukkan adanya *double burden of malnutrition* atau beban ganda masalah gizi, yakni gizi lebih dan gizi kurang yang sama-sama mengancam kesehatan Masyarakat (Siagian *et al.* 2022) (Kondisi ini mencerminkan bahwa masalah gizi bukan hanya soal ketersediaan pangan, tetapi juga terkait perilaku konsumsi, pengetahuan gizi, kondisi sosial-ekonomi, hingga kebijakan yang memengaruhi akses dan distribusi pangan bergizi (Rusdianah & Widiarini, 2020).

Masalah gizi kurang pada balita di Indonesia tetap menjadi isu prioritas kesehatan publik karena dampaknya yang luas dan jangka panjang. Kekurangan gizi pada usia dini dapat mengakibatkan *stunting*, *wasting*, maupun *underweight*, yang berimplikasi pada rendahnya produktivitas di masa dewasa, meningkatnya risiko penyakit degeneratif, dan berkurangnya kualitas sumber daya manusia (Hidayati, 2024). Fenomena ini sering kali berakar pada pola konsumsi yang tidak seimbang, rendahnya kualitas makanan, dan minimnya variasi sumber gizi yang dikonsumsi. Di banyak daerah, rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang menjadi penghambat utama upaya perbaikan (Munawaroh *et al.*, 2024). Selain itu, faktor sosial-budaya turut memengaruhi perilaku makan, seperti preferensi terhadap jenis makanan tertentu yang kurang bergizi, kebiasaan mengonsumsi makanan instan, dan kurangnya perhatian terhadap kebersihan makanan (Satu, 2023).

Tantangan lain yang memperburuk masalah gizi pada balita adalah keterbatasan intervensi yang bersifat berkelanjutan. Banyak program perbaikan gizi yang bersifat sementara, seperti bantuan pangan atau suplementasi gizi, yang memang bermanfaat dalam jangka pendek namun belum mampu menciptakan perubahan perilaku permanen

di tingkat keluarga (Engkus, 2024). Padahal, keluarga adalah aktor utama yang menentukan pola makan, pengasuhan, dan lingkungan kesehatan anak (Mansur *et al.*, 2024). Rendahnya pemanfaatan bahan pangan lokal bergizi, kurangnya keterampilan mengolah makanan sehat, serta minimnya kesadaran akan pentingnya kebersihan lingkungan turut memperparah masalah gizi pada balita. Hal ini menunjukkan perlunya pendekatan pemberdayaan keluarga yang tidak hanya memberikan bantuan, tetapi juga menanamkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi untuk mengelola gizi anak secara mandiri dan berkelanjutan.

Pemberdayaan keluarga menjadi strategi yang sangat relevan untuk mengatasi masalah gizi kurang pada balita. Pendekatan ini memposisikan keluarga sebagai subjek aktif dalam pengelolaan kesehatan anak, bukan sekadar penerima manfaat program (Shabany, 2020). Melalui pendidikan kesehatan, pelatihan keterampilan memasak sehat, dan pendampingan berkelanjutan, keluarga dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang dan kebersihan makanan (Kementerian Kesehatan, 2018). Pemberdayaan ini juga memberikan kesempatan bagi keluarga untuk mengoptimalkan sumber daya yang tersedia, termasuk pemanfaatan pangan lokal, sehingga ketahanan pangan rumah tangga dapat meningkat. Pendekatan berbasis keluarga juga memungkinkan terciptanya perubahan perilaku jangka panjang yang berdampak pada perbaikan status gizi balita secara berkesinambungan.

Secara konseptual, pemberdayaan keluarga dalam konteks kesehatan mengacu pada proses meningkatkan kemampuan, pengetahuan, dan keterampilan keluarga agar mampu mengambil keputusan yang tepat untuk kesejahteraan anggotanya (Ririen *et al.* 2021). Konsep ini selaras dengan teori *Health Promotion* yang menekankan pada peran aktif masyarakat dalam memelihara kesehatannya (Cisse, 2018). Dalam konteks gizi balita, pemberdayaan keluarga mencakup aspek edukasi gizi, perubahan perilaku makan, perbaikan kebiasaan kebersihan, serta penguatan dukungan sosial melalui kegiatan seperti posyandu dan pelatihan PKK (Ginangjar, 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa intervensi pemberdayaan keluarga secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang gizi, memperbaiki pola makan anak, dan menurunkan angka gizi buruk di wilayah intervensi (Ardian, 2024).

Gampong Neuheun, Aceh Besar, merupakan salah satu wilayah yang menghadapi permasalahan serius terkait gizi balita. Data Dinas Kesehatan Aceh Besar tahun 2024 menunjukkan bahwa 46,3% balita di gampong ini mengalami kekurangan berat badan, dan 31,7% berada pada kategori berat badan sangat kurang. Angka stunting juga cukup mengkhawatirkan, dengan 14,6% balita sangat pendek dan 24,4% balita pendek. Hasil pengukuran berat badan menurut tinggi badan bahkan menunjukkan bahwa 100% balita yang diukur berada dalam kategori gizi kurang (Kemenkes BKPK, 2023). Faktor-faktor yang berkontribusi meliputi faktor edukasi gizi, dukungan ekonomi, dan kerja sama lintas pihak menjadi penyebab masalah gizi balita, dapat dilihat dari hasil analisis data lapangan yang menunjukkan bahwa keluarga dengan pengetahuan gizi rendah dan keterbatasan daya beli lebih banyak memiliki balita gizi kurang. Temuan ini diperkuat oleh wawancara dan observasi, di mana orang tua cenderung memprioritaskan anak merasa kenyang dibanding memperhatikan kandungan gizi, serta menghadapi kesulitan dalam membeli atau mengolah makanan bergizi. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa rendahnya edukasi gizi dan keterbatasan ekonomi berdampak langsung pada pola makan balita.

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini secara khusus bertujuan untuk: mengidentifikasi bentuk-bentuk upaya pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan gizi

balita, menggali secara rinci hambatan-hambatan yang dihadapi dalam pelaksanaan upaya tersebut dan menganalisis secara langsung dampak pemberdayaan keluarga terhadap perubahan status gizi balita di Gampong Neuheun, Aceh Besar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif untuk menggambarkan secara mendalam upaya pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan gizi balita kurang gizi di Gampong Neuheun, Aceh Besar. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dilakukan dengan menggunakan panduan wawancara semi-terstruktur, sehingga peneliti tetap memiliki kerangka pertanyaan namun tetap memberi ruang bagi Partisipan untuk menjelaskan secara lebih luas. Topik utama yang ditanyakan meliputi pemahaman keluarga mengenai gizi balita, pola pemberian makan sehari-hari, upaya keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak. Partisipan dalam penelitian ini terdiri dari 12 orang Informan (4 keluarga yang terdiri dari ayah dan ibu, 2 tenaga Kesehatan dan 2 aparatur desa) diambil secara *purposive sampling* yaitu pemilihan partisipan yang memiliki pengetahuan, pengalaman, dan keterlibatan langsung dalam isu gizi balita dengan **kriteria inklusi** (keluarga yang memiliki balita usia 6-59 bulan dengan status gizi kurang, orang tua/pengasuh utama bersedia menjadi partisipan, dapat berkomunikasi dengan baik dalam bahasa local atau bahasa indonesia), **kriteria eksklusi** (keluarga yang memiliki balita dengan penyakit kronis atau kelainan bawaan yang mempengaruhi status gizi, keluarga yang tidak bersedia memberikan informasi secara terbuka).

Lokasi penelitian berada di wilayah kerja Posyandu Gampong Neuheun, Kecamatan Mesjid Raya, Kabupaten Aceh Besar. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei–Juli 2024. Analisis data dilakukan secara analisis tematik dilakukan secara sistematis melalui tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap reduksi data, peneliti berperan sebagai pelaksana utama dengan membaca berulang data mentah, seperti transkrip wawancara, catatan observasi, atau dokumen, kemudian menandai bagian yang relevan dan memberikan kode awal. Proses ini dapat dilakukan oleh peneliti individu maupun tim, di mana diskusi antar-peneliti sering digunakan untuk menyamakan persepsi agar makna kode tidak bias. Selanjutnya, pada tahap penyajian data, peneliti menyusun hasil reduksi dalam bentuk yang lebih terstruktur. Keputusan mengenai tema dan subtema diambil melalui identifikasi pola yang berulang dalam data, kesesuaian dengan fokus penelitian, serta hasil diskusi tim peneliti. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi, dimana peneliti menafsirkan hubungan antar tema, membandingkannya dengan teori atau penelitian terdahulu, serta menyusun temuan yang menjawab pertanyaan penelitian. Untuk menjaga keabsahan data, digunakan teknik triangulasi, baik triangulasi sumber (membandingkan jawaban antar informan), triangulasi data (membandingkan wawancara, observasi, dan dokumentasi), maupun triangulasi peneliti (perbandingan analisis antar peneliti). Selain itu, peneliti juga dapat melakukan *member checking* dengan mengonfirmasi kembali hasil temuan kepada informan. Dengan demikian, tema yang dihasilkan benar-benar mencerminkan realitas lapangan dan memiliki validitas yang kuat. Data disajikan dalam bentuk narasi deskriptif dengan kutipan langsung dari responden yang relevan untuk mendukung temuan penelitian. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik (*ethical clearance*) dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat Muhammadiyah dengan nomor surat No. 123/KEPK-FKM/2024. Penelitian menggunakan bahan dan alat, pengukuran status gizi dilakukan menggunakan

timbangan digital merek SECA 874 dengan kapasitas 150 kg dan ketelitian 0,1 kg, serta microtoise merek GEA Medical dengan kapasitas 200 cm dan ketelitian 0,1 cm untuk pengukuran tinggi badan balita. Perangkat perekaman wawancara menggunakan digital voice recorder Sony ICD-PX370 untuk memastikan keakuratan transkripsi data.

HASIL

Upaya Pemberdayaan Keluarga dalam Meningkatkan Gizi pada Balita Kurang Gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar

Penelitian ini dilakukan melalui wawancara dengan delapan informan, yaitu empat orang ayah dan empat orang ibu dari balita yang mengalami kurang gizi dan informan dalam penelitian ini berasal dari keluarga dengan latar belakang sosial ekonomi menengah ke bawah. Jika ditinjau dari pekerjaan kepala keluarga (ayah), mayoritas bekerja di sektor informal seperti nelayan, tukang bangunan, tukang parkir dan buruh harian lepas, satu petugas kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun, satu kader posyandu, serta satu orang Keuchik dan satu orang perangkat Desa yang memahami peran serta komunitas dalam mendukung program kesehatan masyarakat. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan beberapa bentuk upaya pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan status gizi balita, yang mencakup sub tema sebagai berikut:

1. Menjaga Kebersihan Lingkungan dan Makanan

Salah satu informan, yaitu IB1, ibu dari seorang balita yang mengalami kekurangan gizi, mengungkapkan bahwa dirinya berupaya menjaga kebersihan lingkungan tempat tinggal dan makanan anak secara konsisten. Menurutnya, kebersihan merupakan aspek penting dalam menjaga kesehatan anak. Dalam wawancara, IB1 menyatakan bahwa ia selalu membersihkan kamar anak serta memastikan makanan yang diberikan dalam kondisi higienis. Ia menuturkan:

“Saya selalu berusaha menjaga kebersihan di rumah, terutama di kamar anak dan makanan yang dia makan. Saya percaya kalau lingkungan bersih, anak juga jadi lebih sehat dan nggak gampang sakit.”

Informan lain, IB2 juga menyampaikan pandangannya mengenai pentingnya kebersihan dalam menunjang kesehatan anak, khususnya yang mengalami kurang gizi. Ia menekankan bahwa kebersihan makanan dan peralatan makan anak menjadi perhatian utama dalam kehidupan sehari-hari. Menurutnya, makanan yang bersih dan sehat dapat mencegah penyakit yang bisa memperburuk kondisi gizi anak. Dalam keterangannya, beliau menyatakan:

“Saya selalu pastikan piring, sendok, dan botol minum anak dalam keadaan bersih sebelum dipakai. Saya juga masak makanan sendiri di rumah supaya lebih terjamin kebersihannya. Kalau makanan kotor, bisa bikin anak sakit dan makin kurus.”

Selain itu, IB3, yang juga merupakan ibu dari balita dengan status gizi kurang, mengungkapkan bahwa menjaga kebersihan tidak hanya terbatas pada lingkungan rumah dan peralatan makan, tetapi juga mencakup kebersihan diri anak, seperti kebiasaan mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain. Ia percaya bahwa hal-hal kecil seperti ini bisa berdampak besar terhadap kesehatan anak. Dalam penuturannya, ia menyampaikan:

“Saya selalu ajarkan anak untuk cuci tangan sebelum makan dan sesudah main di luar. Saya juga rutin mandikan dia dua kali sehari. Karena kalau kotor, bisa mudah kena penyakit, dan itu bisa pengaruhi makannya juga.”

Selain itu IB4 juga menjelaskan bahwa saat akan memulai masak ibu sudah sering mencuci tangan, begitupun saat akan menyuapi anak makan. Ibu menyadari harus menjaga kebersihan disetiap akan memasak maupun memberi makan kepada anak, selain itu ibu juga menyadari pentingnya mencuci bahan masakan sebelum dimasak. Ini diungkapkan dalam wawancara yang dilakukan yaitu :

“Saya sekarang sudah lebih sering cuci tangan sebelum masak dan sebelum suapin anak. Dulu jarang-jarang, karena memang tidak tahu itu penting. Sekarang saya juga selalu pastikan piring dan sendok bersih. Kalau sayur atau buah, saya cuci dulu pakai air bersih walau cuma air sumur. Sebelumnya saya tidak terlalu pikirkan itu, asal makan aja.”

Sementara itu A1, salah satu ayah dari balita dengan status gizi kurang, menuturkan bahwa menjaga kebersihan lingkungan rumah merupakan bagian dari tanggung jawab bersama antara suami dan istri. Ia menyadari bahwa kebersihan yang baik dapat mencegah anak dari berbagai penyakit yang bisa memperburuk kondisi gizinya. Dalam keterangannya, ia mengatakan:

“Saya dan istri sama-sama jaga kebersihan rumah. Kalau lantai kotor, langsung disapu dan dipel. Saya juga bantu bersihkan halaman. Karena kalau rumah bersih, anak nggak gampang sakit, jadi gizinya juga bisa cepat membaik.”

Menurut A2, ayah balita lainnya, menjelaskan bahwa ia berusaha menciptakan lingkungan yang bersih dan nyaman untuk mendukung kesehatan anaknya. Ia menekankan pentingnya kebersihan sebagai langkah awal dalam menjaga kondisi tubuh anak agar tidak mudah terserang penyakit. Dalam wawancaranya, ia mengungkapkan:

“Setiap hari saya pastikan rumah bersih, terutama tempat anak bermain. Saya juga bantu istri mencuci peralatan makan anak supaya tetap steril. Kalau lingkungan bersih, anak juga jadi lebih sehat dan kuat.”

Lebih lanjut, informan lain, A3 menekankan bahwa menjaga kebersihan lingkungan dan makanan bukan hanya tanggung jawab ibu, tetapi juga peran ayah sangat dibutuhkan dalam mendukung tumbuh kembang anak. Ia menyatakan pentingnya kerja sama dalam keluarga untuk menciptakan pola hidup bersih dan sehat. Dalam wawancaranya, ia menyampaikan:

“Saya ikut terlibat dalam menjaga kebersihan rumah, terutama saat istri sibuk. Misalnya, saya bersihkan halaman dan bantu jaga anak supaya tetap bersih. Kami saling kerja sama, karena kesehatan anak itu tanggung jawab bersama.”

Selain itu A4, dalam wawancaranya memaparkan bahwa yang ia prioritaskan sebenarnya bahwa anaknya kenyang tanpa peduli bagaimana cara pengolahan makanan tersebut dan bagaimana dampak kedepannya. Dalam wawancaranya, ia menyampaikan:

“Dulu saya pikir yang penting anak makan kenyang. Tapi sekarang saya baru paham, makanan itu harus bersih. Kalau tangan kotor, atau makanan dibiarkan terbuka, bisa bikin anak sakit perut. Sekarang saya bantu istri jaga kebersihan dapur, dan pastikan makanan anak nggak dihindangi lalat atau debu.”

Di sisi lain, tenaga kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun yaitu TK1, menyampaikan bahwa pihak puskesmas secara rutin memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dan makanan sebagai bagian dari upaya pencegahan masalah gizi pada balita. Ia menekankan bahwa kebersihan merupakan langkah awal untuk menghindari infeksi yang dapat memperburuk status gizi anak. Dalam keterangannya, beliau mengatakan:

“Kami selalu mengingatkan para orang tua, terutama saat posyandu, bahwa menjaga kebersihan itu sangat penting. Kalau lingkungannya kotor, anak-anak bisa gampang kena diare atau penyakit lain, dan itu bisa bikin berat badannya turun.”

Sementara itu, kader posyandu Gampong Neuheun TK2, menuturkan bahwa peran kader dalam mendampingi keluarga sangat penting, terutama dalam memberikan edukasi mengenai kebersihan makanan dan lingkungan sekitar. Ia juga menyampaikan bahwa kesadaran masyarakat tentang pentingnya kebersihan semakin meningkat berkat kegiatan penyuluhan yang dilakukan secara rutin. Dalam keterangannya, ia menyatakan:

“Kami di posyandu selalu mengingatkan ibu-ibu untuk menjaga kebersihan, baik makanan, alat makan, maupun lingkungan rumah. Alhamdulillah, sekarang banyak yang sudah mulai sadar dan rajin membersihkan rumah serta memperhatikan makanan anak-anak mereka.”

Keuchik Gampong Neuheun D1, menjelaskan bahwa pemerintah gampong berusaha untuk mendukung program kesehatan dengan memberikan fasilitas dan memfasilitasi penyuluhan kepada masyarakat mengenai pentingnya kebersihan serta pola hidup sehat. Ia menekankan bahwa pemerintah gampong bekerja sama dengan pihak puskesmas dan kader posyandu untuk memastikan bahwa setiap keluarga memahami peran mereka dalam menjaga kesehatan balita. Dalam wawancaranya, D1 menyatakan:

“Kami di gampong berkomitmen membantu program kesehatan, termasuk penanganan balita gizi kurang. Dana desa kami arahkan juga untuk mendukung kegiatan posyandu dan pelatihan ibu-ibu. Kami sadar, masalah gizi ini bukan urusan pribadi, tapi urusan kita semua. Kalau anak-anak di gampong sehat, masa depan gampong juga lebih baik.”

Salah satu perangkat Desa menjelaskan bahwa pemerintah desa telah melaksanakan berbagai upaya nyata dalam mendukung peningkatan gizi masyarakat, khususnya bagi balita. Beberapa program yang sudah dijalankan antara lain adalah pemberian dukungan terhadap kegiatan posyandu, penyuluhan mengenai pentingnya gizi seimbang, serta pelatihan bagi ibu-ibu PKK agar memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam mengolah makanan sehat bagi anak-anak. Dalam wawancaranya, D2 menyatakan:

“Dari pemerintah desa, kita udah jalankan beberapa program, kayak dukungan untuk kegiatan posyandu, penyuluhan tentang gizi, dan pelatihan buat ibu-ibu PKK biar tahu cara masak makanan sehat buat anak-anak. Dana desa juga kita manfaatkan buat mendukung program-program ini”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan beberapa informan, terlihat bahwa upaya pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan gizi balita dengan status kurang gizi di Gampong Neuheun dilakukan melalui serangkaian tindakan yang melibatkan peran serta seluruh anggota keluarga, tenaga kesehatan, kader posyandu, dan pemerintah gampong. Keluarga berfokus pada menjaga kebersihan lingkungan dan makanan, yang merupakan langkah awal untuk mencegah penyakit yang dapat memperburuk kondisi gizi balita. Selain itu, edukasi mengenai pentingnya kebersihan dan gizi seimbang disampaikan secara rutin melalui kegiatan penyuluhan di posyandu dan interaksi dengan petugas kesehatan. Kesadaran masyarakat mengenai pentingnya peran kebersihan dalam kesehatan juga semakin meningkat, berkat dukungan aktif dari pihak-pihak terkait.

2. Penerapan Pola Makan Bergizi bagi Balita

Dalam hasil wawancara IB1 menjelaskan bahwa penerapan pola makan bergizi dan seimbang merupakan salah satu upaya yang ia lakukan dalam menjaga kesehatan

anaknya yang mengalami kekurangan gizi. Ia berusaha memberikan makanan yang bernutrisi sesuai kemampuan ekonomi keluarga. Dalam keseharian, ia memasak sendiri makanan untuk anaknya dengan memperhatikan kandungan gizi yang seimbang antara karbohidrat, protein, dan sayur-sayuran. Dalam keterangannya, ia menyatakan:

“Saya usahakan anak makan nasi, lauk, dan sayur setiap hari. Kadang kalau ada rezeki lebih, saya beli buah juga. Walau nggak selalu lengkap, tapi saya tetap usahakan gizinya cukup supaya anak cepat sehat.”

Sementara itu, IB2 juga menekankan pentingnya memberikan makanan yang bernutrisi untuk mendukung pemulihan kondisi gizi anak. Ia berusaha memvariasikan menu makanan agar anak tidak bosan dan tetap mau makan. Dalam wawancaranya, ia mengatakan:

“Saya buat makanan yang anak suka, tapi tetap sehat. Misalnya bubur ayam, telur rebus, atau sop sayur. Kadang saya kasih susu juga. Yang penting anak mau makan dan badannya kuat.”

IB3 menambahkan bahwa dalam upayanya memenuhi kebutuhan gizi anak, ia juga memperhatikan waktu makan yang teratur. Menurutnya, selain jenis makanan, jadwal makan yang teratur juga penting agar anak memiliki pola makan yang baik. Ia menjelaskan:

“Saya biasakan anak makan tiga kali sehari dan ada camilan sehat di antara waktu makan. Kalau lapar terus, anak bisa lemas. Tapi kalau makannya teratur, dia jadi lebih aktif dan semangat.”

Sedangkan IB4, dalam proses wawancara mengungkapkan bahwa tanggung jawab utama dalam pemenuhan gizi anak lebih banyak dipegang oleh ibu. Meskipun suami turut membantu dalam hal finansial ketika memungkinkan, namun keterbatasan pengetahuan gizi menjadi tantangan tersendiri dalam menentukan jenis makanan yang tepat untuk anak balita mereka. Hal ini disampaikan oleh informan IB4 sebagai berikut:

“Saya yang paling sering urus makanan anak. Suami bantu kalau ada rejeki lebih buat beli lauk. Tapi kadang kami bingung harus kasih makan apa supaya anak bisa sehat, karena kami tidak tahu mana yang benar-benar bergizi.”

Menurut A1, ayah dari balita dengan status gizi kurang, juga menjelaskan bahwa ia dan istrinya berupaya memberikan makanan yang bergizi kepada anak mereka, meskipun dengan keterbatasan ekonomi. Ia percaya bahwa asupan makanan yang baik sangat berpengaruh terhadap pemulihan kesehatan anak. Ia mengatakan:

“Saya dan istri selalu usahakan anak makan makanan yang sehat, walaupun sederhana. Misalnya kasih telur, ikan, atau tempe. Kalau ada uang lebih, kami beli susu atau buah biar gizinya lengkap.”

A2, ayah balita lainnya, menjelaskan bahwa ia turut membantu istrinya dalam menyiapkan makanan untuk anak. Ia menyadari bahwa keterlibatan ayah dalam pemberian makanan bergizi juga penting agar anak mendapatkan perhatian dan dukungan penuh dari kedua orang tua. Ia mengungkapkan:

“Saya bantu istri masak makanan anak, kadang saya yang belanja ke pasar. Kami saling bantu supaya anak makan makanan yang sehat dan bergizi, biar cepat tumbuh sehat.”

Informan lain, A3 menekankan bahwa pemenuhan gizi anak bukan hanya tanggung jawab ibu, tetapi juga memerlukan peran aktif dari seluruh anggota keluarga. Ia menyampaikan bahwa keterlibatan ayah dalam memastikan asupan nutrisi anak merupakan bagian dari tanggung jawab bersama. Ia menyampaikan:

“Kalau soal makanan anak, saya juga ikut atur. Misalnya, saya usulkan menu yang sehat atau bantu ingatkan istri supaya variasi makanannya cukup. Anak butuh makanan yang baik supaya tumbuhnya normal.”

Sementara itu A4, dalam wawancaranya memaparkan kerja sama antar anggota keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak sangat diperlukan. Meskipun pembagian peran tidak selalu seimbang, namun ada upaya kolektif dari seluruh anggota keluarga termasuk istri dan nenek si anak, untuk menjaga asupan makanan dan kesehatan balita. Hal ini menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga tidak hanya berfokus pada ibu, tetapi juga melibatkan seluruh lingkungan terdekat anak. Informan A4 menggambarkan kondisi tersebut dengan mengatakan:

“Kami saling bantu. Istri saya yang lebih banyak mengatur makanan dan saya berusaha mencari nafkah sebisanya. Kadang neneknya juga ikut mengingatkan untuk kasih makanan yang cukup dan bersih. Meski kadang kami berbeda pendapat, tapi semua peduli dengan kesehatan si kecil.”

Di sisi lain, tenaga kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun (TK1) menyampaikan bahwa pihak puskesmas secara berkala memberikan edukasi kepada para orang tua mengenai pentingnya makanan dengan gizi seimbang dalam proses pemulihan balita kurang gizi. Ia menegaskan bahwa makanan bergizi merupakan kunci dalam mencegah masalah gizi kronis pada anak. Dalam keterangannya, beliau mengatakan:

“Kami dari puskesmas selalu mengedukasi orang tua tentang pentingnya makanan bergizi, terutama bagi anak yang mengalami kurang gizi. Kami juga berikan contoh menu sehat yang bisa dibuat dengan bahan lokal yang mudah didapat.”

Kader posyandu Gampong Neuheun TK2 menuturkan bahwa peran kader dalam mendampingi keluarga juga meliputi pemberian informasi mengenai menu makanan seimbang dan cara pengolahan makanan yang baik. Ia menyatakan:

“Kami di posyandu bantu ibu-ibu belajar buat makanan yang sehat dan bergizi untuk anak-anak. Kami ajarkan cara masak yang benar, supaya gizinya tidak hilang. Alhamdulillah, sekarang makin banyak yang paham pentingnya makan bergizi.”

Keuchik Gampong Neuheun (D1) juga menjelaskan bahwa pemerintah gampong mendukung upaya peningkatan gizi balita melalui program-program yang berkaitan dengan edukasi makanan bergizi dan pemanfaatan pangan lokal. Pemerintah gampong turut mengalokasikan dana desa untuk mendukung kegiatan yang mendorong terciptanya pola makan sehat di masyarakat. Beliau menyatakan:

“Kami di gampong dukung penuh kegiatan posyandu dan pelatihan gizi bagi ibu-ibu. Kami arahkan dana desa untuk bantu pengadaan makanan tambahan yang bergizi, supaya anak-anak di sini bisa tumbuh sehat. Makanan sehat itu penting untuk masa depan mereka.”

Salah Satu perangkat Desa (D2) memaparkan bahwa pemerintah desa secara rutin menjalin kerja sama dengan bidan desa, kader posyandu, dan pihak puskesmas melalui rapat atau pertemuan berkala. Tujuannya untuk membahas perkembangan anak-anak serta saling berbagi informasi, agar setiap program yang dijalankan bisa lebih tepat sasaran dan sesuai kebutuhan masyarakat. Beliau menjelaskan :

“Kita rutin kerja bareng sama bidan desa, kader posyandu, dan pihak puskesmas. Biasanya kita adakan rapat atau pertemuan buat bahas perkembangan anak-anak, terus saling tukar info biar programnya jalan lebih tepat sasaran”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan berbagai informan di atas, terlihat bahwa penerapan pola makan bergizi bagi balita dengan status gizi kurang di Gampong Neuheun dilakukan secara menyeluruh dan melibatkan berbagai pihak. Keluarga berperan aktif dalam menyediakan makanan bergizi bagi anak, dengan memanfaatkan bahan makanan lokal yang tersedia. Ayah dan ibu saling bekerja sama dalam memastikan anak mendapatkan asupan nutrisi yang cukup. Di sisi lain, tenaga kesehatan dan kader posyandu secara rutin memberikan edukasi dan pendampingan kepada keluarga mengenai pentingnya makanan bergizi seimbang dan cara pengolahannya. Pemerintah gampong juga menunjukkan komitmen kuat dengan memberikan dukungan melalui pendanaan dan penyuluhan. Semua upaya ini mencerminkan kesadaran kolektif masyarakat akan pentingnya pola makan bergizi dalam menunjang pertumbuhan dan kesehatan anak.

3. Partisipasi dalam Kegiatan Posyandu dan Edukasi Gizi

Ibu dari salah satu balita IB1, menjelaskan bahwa dirinya secara rutin mengikuti kegiatan posyandu yang diadakan setiap bulan di gampongnya. Menurutnya, posyandu sangat membantu dalam memantau tumbuh kembang anak serta mendapatkan informasi seputar gizi dan kesehatan balita. Ia menyatakan:

“Saya selalu datang ke posyandu tiap bulan. Di sana saya bisa tahu berat badan anak naik atau tidak, terus ada juga penyuluhan tentang makanan sehat untuk anak-anak. Sangat membantu saya sebagai orang tua.”

IB2 juga menekankan pentingnya mengikuti kegiatan posyandu sebagai sarana belajar mengenai pola asuh dan gizi anak. Ia merasa bahwa edukasi yang diberikan oleh kader posyandu dan tenaga kesehatan sangat bermanfaat dalam mengubah kebiasaan makan anaknya menjadi lebih sehat. Ia mengatakan:

“Saya dapat banyak ilmu dari penyuluhan di posyandu. Dulu saya kasih anak makan cuma yang dia suka aja, tapi sekarang saya tahu harus seimbang gizinya. Jadi saya usahakan kasih sayur, lauk, dan buah setiap hari.”

IB3 menambahkan bahwa kegiatan posyandu bukan hanya sebagai tempat mendapatkan layanan kesehatan, tetapi juga menjadi wadah berbagi pengalaman dengan ibu-ibu lain. Ia mengungkapkan bahwa lewat posyandu, ia merasa lebih semangat karena mendapat dukungan sosial dalam menghadapi tantangan merawat balita dengan status gizi kurang. Ia menjelaskan:

“Kalau ikut posyandu, saya jadi nggak merasa sendiri. Bisa cerita sama ibu-ibu lain yang juga punya anak balita. Kita saling tukar tips soal makanan anak dan cara supaya anak mau makan.”

Selain itu, IB4 juga memaparkan bahwa peningkatan gizi balita tidak terlepas dari peran eksternal, seperti kader posyandu atau tenaga kesehatan yang memberikan bantuan maupun edukasi kepada masyarakat. Namun, efektivitas dari penyuluhan tersebut sangat bergantung pada kemampuan keluarga dalam memahami dan menerapkan informasi yang diberikan. Dalam wawancara dengan informan IB4, terungkap bahwa meskipun ia telah menerima bantuan berupa makanan tambahan dan informasi gizi dari posyandu, pemahaman terhadap materi yang disampaikan masih terbatas karena hambatan bahasa dan penyampaian yang kurang sederhana. Informan menyatakan:

“Pernah ada dari posyandu yang kasih makanan tambahan dan susu bubuk. Mereka juga pernah kasih penyuluhan, tapi saya kurang paham semua yang dijelaskan karena bahasanya susah dimengerti. Tapi saya coba ikuti yang saya ingat, seperti jangan terlalu banyak kasih jajanan.”

Salah seorang ayah dari balita A1, juga menjelaskan bahwa dirinya mendukung penuh istri untuk aktif mengikuti kegiatan posyandu, bahkan sesekali ikut mendampingi. Ia menyadari bahwa melalui kegiatan posyandu, banyak informasi penting yang bisa didapatkan terkait pertumbuhan dan perkembangan anak. Ia mengatakan:

“Kalau ada posyandu, saya bantu antar istri dan anak. Di sana bisa tahu kondisi anak, dan ibu-ibu juga dikasih penyuluhan soal makanan sehat. Jadi kami bisa lebih paham cara rawat anak yang gizinya kurang.”

A2, ayah balita lainnya, menjelaskan bahwa edukasi yang diberikan di posyandu sangat membantu dirinya dan keluarga dalam memahami pentingnya pemberian makanan bergizi. Ia mengungkapkan:

“Dari penyuluhan di posyandu, saya jadi tahu pentingnya kasih makanan lengkap buat anak. Sekarang kami lebih perhatikan apa yang dimakan anak tiap hari, nggak asal kenyang saja.”

Informan lain, A3 menekankan bahwa kegiatan posyandu merupakan sarana penting untuk menyampaikan informasi kepada masyarakat, terutama bagi keluarga dengan balita. Ia menyampaikan:

“Saya lihat kegiatan posyandu sangat membantu, apalagi buat orang tua yang belum tahu banyak soal gizi. Kalau semua orang tua rajin datang, pasti anak-anak di gampong ini lebih sehat.”

A4 juga memaparkan bahwa selain peran keluarga, dukungan dari layanan kesehatan seperti posyandu dan puskesmas juga menjadi bagian penting dalam upaya meningkatkan gizi balita. Bantuan yang diberikan tidak hanya berupa makanan tambahan, tetapi juga edukasi tentang cara menyiapkan makanan sehat untuk anak, terutama bagi keluarga dengan keterbatasan ekonomi. Namun, keberlangsungan program menjadi kendala tersendiri di lapangan. Hal ini disampaikan oleh informan A4, seorang ayah yang memiliki anak dengan status gizi kurang, yang menyebutkan bahwa meskipun bantuan tersebut sangat membantu, pelaksanaannya belum berjalan secara rutin. Ia mengungkapkan:

“Pernah dapat bantuan makanan tambahan dari posyandu, seperti biskuit dan susu. Juga ada penyuluhan dari puskesmas yang mengajarkan kami cara membuat MPASI yang sehat dan murah. Tapi programnya tidak rutin, jadi kami tidak selalu bisa mengandalkan itu.”

Di sisi lain, tenaga kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun (TK1) menyampaikan bahwa pihak puskesmas secara rutin bekerja sama dengan kader dalam memberikan edukasi gizi dan kesehatan saat pelaksanaan posyandu. Ia menegaskan pentingnya peran posyandu dalam mendeteksi dini masalah gizi dan memberikan intervensi sedini mungkin. Dalam keterangannya, beliau mengatakan:

“Kami memanfaatkan posyandu untuk edukasi orang tua. Kami jelaskan pentingnya makan bergizi, timbang anak tiap bulan, dan kalau ada anak yang gizinya kurang langsung kami pantau lebih ketat.”

Kader posyandu Gampong Neuheun TK2, menuturkan bahwa peningkatan partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu turut berdampak positif terhadap penurunan kasus gizi kurang di gampong tersebut. Ia menyatakan:

“Dulu banyak yang malas datang ke posyandu, tapi sekarang makin banyak ibu-ibu yang rutin ikut. Mereka juga mulai sadar pentingnya makanan bergizi dan kebersihan buat anak-anak.”

Keuchik Gampong Neuheun, (D1) juga menjelaskan bahwa pemerintah gampong mendukung penuh pelaksanaan kegiatan posyandu, baik dari segi anggaran maupun fasilitas. Ia menekankan bahwa partisipasi aktif masyarakat sangat diperlukan agar program gizi ini berjalan dengan baik. beliau menyatakan:

“Kami alokasikan dana desa untuk bantu kegiatan posyandu dan pelatihan ibu-ibu. Pemerintah gampong tidak bisa kerja sendiri, butuh dukungan semua warga supaya anak-anak kita sehat dan cerdas.”

Salah satu perangkat Desa (D2) menjelaskan bahwa di desa secara rutin mengadakan penyuluhan melalui kegiatan posyandu dan PKK sebagai sarana edukasi bagi masyarakat. Selain itu, berbagai media informasi seperti brosur, poster, hingga video pendek juga kami bagikan, agar pesan tentang pentingnya gizi bagi balita lebih mudah dipahami dan diterima oleh warga. Sebagaimana yang dijelaskan beliau:

“Kita sering adakan penyuluhan lewat posyandu atau kegiatan PKK. Selain itu, kita juga bagikan brosur, poster, kadang ada video pendek biar masyarakat lebih gampang ngerti soal pentingnya gizi buat balita”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan berbagai informan di atas, terlihat bahwa partisipasi masyarakat dalam kegiatan posyandu dan edukasi gizi memegang peranan penting dalam upaya meningkatkan status gizi balita. Kegiatan posyandu tidak hanya menjadi tempat pemantauan pertumbuhan anak, tetapi juga sebagai media edukasi yang efektif bagi orang tua dalam memahami pentingnya gizi seimbang dan pola hidup sehat. Dukungan dari keluarga, tenaga kesehatan, kader, hingga pemerintah gampong menunjukkan bahwa penanganan masalah gizi merupakan tanggung jawab bersama.

Hambatan Pemberdayaan Keluarga dalam Meningkatkan Gizi pada Balita Kurang Gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar

Penelitian ini juga mengidentifikasi hambatan pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan gizi pada balita kurang gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar. Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan beberapa hambatan upaya pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan status gizi balita, yang mencakup sub tema sebagai berikut:

1. Kurangnya Pengetahuan Orang Tua tentang Gizi

Kurangnya pemahaman orang tua mengenai pola makan yang bergizi dan seimbang masih menjadi salah satu hambatan utama dalam upaya peningkatan status gizi balita di Gampong Neuheun. IB1 menjelaskan bahwa ia sebelumnya belum memahami secara menyeluruh jenis makanan apa saja yang dibutuhkan untuk menunjang pertumbuhan anak secara optimal. Ia menyatakan:

“Dulu saya pikir yang penting anak kenyang, jadi saya sering kasih nasi dan mie saja. Baru setelah ikut penyuluhan saya tahu kalau anak juga butuh sayur, buah, dan lauk yang cukup.”

Selanjutnya IB2 menekankan bahwa pengetahuan tentang gizi seimbang baru ia dapatkan setelah mengikuti beberapa penyuluhan. Ia mengatakan:

“Sebelum ikut posyandu, saya tidak tahu pentingnya variasi makanan. Saya kira semua makanan sama saja manfaatnya untuk anak.”

IB3 menambahkan bahwa ia dulu terbiasa memberikan makanan yang sama setiap hari tanpa memperhatikan variasi kandungan gizinya. Ia menjelaskan:

“Setiap hari saya masak menu yang sama untuk anak, karena tidak tahu harus bagaimana. Ternyata anak butuh makan yang berganti-ganti supaya gizinya lengkap.”

Selanjutnya IB4 juga memaparkan bahwa kurangnya pengetahuan gizi dalam keluarga sering kali berdampak pada pemilihan jenis makanan yang kurang sesuai dengan kebutuhan balita, terutama ketika dikombinasikan dengan kondisi ekonomi yang lemah. Di Gampong Neuheun, masih banyak ibu rumah tangga yang belum sepenuhnya memahami pentingnya asupan gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak, sehingga pemenuhan gizi lebih sering didasarkan pada kemampuan ekonomi semata, bukan pada nilai gizi. Hal ini tercermin dari pernyataan salah satu informan (IB4), yang menggambarkan bagaimana keterbatasan pengetahuan dan finansial memengaruhi pola makan anak balitanya, seperti yang diungkapkan IB4 dalam wawancara:

“Iya, sangat sulit. Kadang uang hanya cukup untuk beli beras. Untuk beli sayur atau lauk, kami harus pilih-pilih mana yang paling murah. Kalau lagi tidak ada uang, anak saya hanya makan nasi dengan garam atau kuah mie.”

A1, ayah dari balita dengan status gizi kurang, juga menjelaskan bahwa keterbatasan informasi membuat dirinya kurang memahami kebutuhan gizi anak secara mendalam. Ia mengatakan:

“Kami di rumah jarang bicara soal gizi. Saya kira cukup kalau anak sudah makan tiga kali sehari. Soal kandungan gizinya, saya tidak tahu.”

A2 ayah balita lainnya, menjelaskan bahwa selama ini ia hanya mengandalkan makanan seadanya tanpa mengetahui dampaknya terhadap pertumbuhan anak. Ia mengungkapkan:

“Kalau ada uang, kami beli makanan. Kalau tidak, ya seadanya saja. Saya tidak terlalu paham makanan mana yang baik untuk perkembangan anak.”

Informan lain, A3 menekankan bahwa masih banyak orang tua yang belum mengetahui pentingnya keseimbangan antara karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral dalam menu harian anak. Ia menyampaikan:

“Masyarakat di sini banyak yang belum tahu cara mengatur makanan bergizi. Kami butuh bimbingan supaya tahu makanan apa saja yang harus diberikan ke anak.”

A4, juga menjelaskan bahwa pengetahuan yang terbatas mengenai gizi menyebabkan keluarga tidak mampu menentukan prioritas makanan bergizi bagi anak-anak mereka. Akibatnya, pemenuhan kebutuhan gizi lebih sering didasarkan pada faktor keterjangkauan dan ketersediaan, bukan pada kandungan nutrisi yang seimbang. Keterbatasan informasi ini diperburuk oleh kondisi ekonomi yang sulit dan akses yang terbatas terhadap bahan makanan bergizi. A4 yang menjadi responden menjelaskan bahwa tantangan utama bukan hanya pada kurangnya penghasilan, tetapi juga pada kesulitan dalam mendapatkan bahan pangan yang layak dan terjangkau, seperti dalam penjelasannya:

“Yang paling berat ya soal uang. Harga bahan makanan sekarang makin mahal, kadang gaji saya sebagai buruh harian habis hanya untuk beras dan kebutuhan pokok. Akses ke pasar juga jauh dari rumah, jadi kadang kami hanya beli yang ada di warung kecil.”

TK1, salah satu tenaga kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun, menyampaikan bahwa pihak puskesmas masih terus melakukan edukasi karena pemahaman masyarakat masih terbatas. Dalam keterangannya, beliau mengatakan:

“Kami temui masih banyak orang tua yang belum bisa membedakan makanan bergizi dan tidak. Edukasi harus dilakukan berulang kali agar mereka benar-benar paham.”

Kader posyandu Gampong Neuheun, TK2 menuturkan bahwa dalam banyak kesempatan, para ibu baru mengetahui pentingnya gizi seimbang saat mengikuti kegiatan posyandu. Ia menyatakan:

“Kami lihat para ibu antusias saat penyuluhan, karena sebagian besar baru tahu informasi seperti pentingnya protein dan zat besi untuk anak.”

Keuchik Gampong Neuheun D1, juga menjelaskan bahwa pemerintah gampong menyadari bahwa kurangnya edukasi menjadi kendala besar dalam penanganan balita kurang gizi. D1 menyatakan:

“Kami di pemerintahan gampong melihat bahwa edukasi soal gizi belum merata. Itu sebabnya kami dukung penuh program penyuluhan dari puskesmas dan posyandu.”

Perangkat Desa (D1) juga menjelaskan bahwa kendala yang paling sering kami hadapi adalah pola pikir masyarakat yang sulit diubah. Masih banyak yang beranggapan bahwa makanan bergizi itu identik dengan biaya mahal. Selain itu, partisipasi warga dalam kegiatan seperti penyuluhan atau posyandu juga masih kurang, padahal di sana banyak informasi penting yang bisa membantu mereka dalam merawat dan memenuhi kebutuhan gizi anak-anak. D2 menyatakan :

“Kendalanya paling sering tuh soal kebiasaan masyarakat yang susah diubah, masih ada yang mikir makanan bergizi itu mahal. Terus kadang ada juga warga yang kurang aktif ikut kegiatan, padahal informasi penting disampaikan di situ”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan berbagai informan di atas, terlihat bahwa pengetahuan orang tua yang masih terbatas mengenai pentingnya gizi seimbang berdampak langsung pada pola makan balita. Rendahnya pemahaman tersebut menyebabkan banyak keluarga belum mampu menyusun menu makanan yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi anak, sehingga berisiko memperburuk kondisi gizi balita. Oleh karena itu, upaya edukasi dan pendampingan yang berkesinambungan sangat penting untuk memperkuat peran keluarga dalam mendukung tumbuh kembang anak.

2. Keterbatasan Ekonomi Keluarga

Keterbatasan ekonomi keluarga masih menjadi salah satu hambatan utama dalam upaya peningkatan status gizi balita di Gampong Neuheun. Banyak keluarga yang memiliki penghasilan rendah, sehingga sulit untuk memenuhi kebutuhan gizi anak secara optimal. IB1 yang merupakan salah satu balita dengan status gizi kurang menjelaskan bahwa penghasilan keluarga yang pas-pasan membuatnya kesulitan membeli bahan makanan bergizi secara rutin. Ia menyatakan:

“Kalau uang lagi sempit, saya cuma bisa beli beras dan mie. Untuk beli ikan, telur, atau susu kadang-kadang saja, karena harganya mahal.”

IB2 juga menekankan bahwa kondisi keuangan sangat memengaruhi variasi makanan yang bisa diberikan kepada anaknya. Ia mengatakan:

“Kami harus hemat, jadi kadang lauknya cuma tempe atau tahu. Kalau buah dan susu hampir tidak pernah kami beli.”

IB3 juga menambahkan bahwa dalam kondisi ekonomi yang terbatas, ia lebih mengutamakan makanan pokok dibanding makanan bergizi lainnya. Ia menjelaskan:

“Yang penting anak tidak lapar, jadi kami lebih sering beli makanan yang murah, walaupun gizinya tidak lengkap.”

Bapak ND, ayah dari balita dengan status gizi kurang, juga menjelaskan bahwa pekerjaan serabutan membuat penghasilan keluarga tidak menentu. Ia mengatakan:

“Kadang ada kerja, kadang tidak. Kalau sedang tidak ada uang, kami makan seadanya saja. Susah mau kasih makanan bergizi untuk anak.”

IB4 menambahkan, faktor ekonomi merupakan salah satu hambatan utama dalam pemenuhan gizi anak balita, terutama bagi keluarga dengan penghasilan yang tidak tetap. Kondisi ini membuat orang tua hanya mampu memberikan makanan sesuai kemampuan finansial, meskipun mereka menyadari pentingnya asupan yang sehat dan seimbang untuk anak. Hal ini diungkapkan oleh salah satu informan (IB4) sebagai berikut:

“Iya, karena penghasilan suami tidak tetap. Kadang sehari ada kerja, kadang tidak. Jadi saya tidak bisa selalu beli makanan yang bergizi untuk anak. Saya tahu anak butuh makan enak, tapi kami hanya bisa kasih yang kami mampu.”

A1 yang merupakan ayah balita menjelaskan bahwa meskipun ingin memberikan makanan sehat untuk anak, kondisi ekonomi membatasi pilihannya. Ia mengungkapkan:

“Saya tahu anak butuh makan bergizi, tapi apa daya, kalau uang tidak cukup, kami hanya bisa beli apa yang ada di warung.”

Informan lain, A2 menekankan bahwa banyak keluarga di Gampong Neuheun hidup dalam kondisi ekonomi menengah ke bawah, yang membuat asupan gizi anak tidak maksimal. Ia menyampaikan:

“Banyak warga yang kerja harian dan penghasilannya kecil. Jadi mereka lebih fokus pada makanan murah, bukan yang bergizi.”

A3 juga memaparkan kondisi ekonomi yang tidak stabil menjadi tantangan utama bagi banyak keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak balita. Hal ini tidak hanya berdampak pada frekuensi makan, tetapi juga kualitas dan keberagaman asupan yang diberikan. Bagi keluarga dengan penghasilan rendah, seperti yang dialami oleh informan IB3, prioritas sering kali diberikan pada kebutuhan pokok lainnya sehingga pemenuhan gizi anak terpaksa disesuaikan dengan kemampuan ekonomi yang ada. Ketika ditanyakan mengenai kendala ekonomi dalam pemenuhan gizi balita, informan IB3 menyampaikan:

“Iya, karena penghasilan suami tidak tetap. Kadang sehari ada kerja, kadang tidak. Jadi saya tidak bisa selalu beli makanan yang bergizi untuk anak. Saya tahu anak butuh makan enak, tapi kami hanya bisa kasih yang kami mampu.”

A4 juga menambahkan ketidakstabilan penghasilan menjadi salah satu faktor yang sangat memengaruhi kemampuan keluarga dalam menyediakan makanan bergizi bagi anak balita. Dalam kondisi di mana kebutuhan rumah tangga harus dipenuhi dengan pendapatan yang tidak menentu, orang tua sering kali dihadapkan pada dilema dalam mengatur pengeluaran, termasuk untuk kebutuhan makan anak. Hal ini menyebabkan keluarga hanya mampu memberikan makanan seadanya, meskipun mereka menyadari pentingnya asupan gizi yang cukup. Seorang ayah mengungkapkan perasaan dan kenyataan yang harus dihadapinya sebagai berikut:

“Jelas ada. Penghasilan kami tidak menentu, apalagi kalau sedang sepi kerja. Kadang saya harus memilih antara beli beras atau beli sayur dan lauk. Kalau sedang sulit, terpaksa kami kasih makanan seadanya ke anak, meski hati ini sedih.”

TK1 yang merupakan salah satu tenaga kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun, menyampaikan bahwa keterbatasan ekonomi menjadi tantangan besar dalam memberikan edukasi gizi. Dalam keterangannya, beliau mengatakan:

“Kami sering beri penyuluhan soal makanan bergizi, tapi mereka bilang tidak mampu beli. Jadi kami sarankan alternatif makanan lokal yang lebih murah tapi tetap bergizi.”

TK2 yang merupakan Kader posyandu Gampong Neuheun, menuturkan bahwa kendala ekonomi sering dikeluhkan oleh para orang tua saat posyandu. Ia menyatakan:

“Banyak ibu yang bilang ingin beri anak susu atau buah, tapi tidak cukup uang. Mereka lebih memilih beli beras atau mie instan karena lebih murah.”

Keuchik Gampong Neuheun D1, juga menjelaskan bahwa pemerintah gampong menyadari masalah ekonomi ini dan berusaha memberikan bantuan sesuai kemampuan desa. D1 menyatakan:

“Kami sudah mencoba bantu dengan pembagian makanan tambahan untuk balita, tapi memang belum bisa menyentuh semua keluarga. Masalah ekonomi ini kompleks.”

Perangkat Desa Gampong Neuhen (D2) menjelaskan Jumlah kader yang kami miliki masih terbatas, sehingga belum semua wilayah atau kelompok masyarakat bisa mendapatkan penyuluhan secara mendalam dan merata. Dari segi pendanaan pun, alokasi dana desa harus dibagi untuk berbagai kebutuhan, sehingga dukungan anggaran bagi program gizi kadang belum bisa dimaksimalkan sepenuhnya. D2 memaparkan :

“Iya, jujur aja ada. Kader kita jumlahnya masih terbatas, belum semua bisa kasih penyuluhan secara mendalam. Soal dana juga, karena dana desa banyak keperluannya, jadi kadang bagian untuk program gizi masih kurang maksimal”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan berbagai informan di atas, terlihat bahwa keterbatasan ekonomi merupakan hambatan signifikan dalam pemberdayaan keluarga untuk meningkatkan gizi balita. Keluarga dengan penghasilan rendah cenderung memilih makanan yang murah dan mengenyangkan, tetapi kurang bergizi. Oleh karena itu, diperlukan intervensi tambahan dari pihak pemerintah dan puskesmas, seperti penyediaan makanan tambahan berbasis lokal dan pelatihan pengelolaan gizi murah namun sehat, agar keluarga tetap dapat memberikan asupan gizi yang cukup bagi balita mereka.

Dampak Pemberdayaan Keluarga dalam Meningkatkan Gizi pada Balita Kurang Gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar

Pemberdayaan keluarga merupakan strategi penting dalam meningkatkan status gizi balita yang mengalami kekurangan gizi. Melalui edukasi, pelatihan, dan dukungan dari tenaga kesehatan serta kader posyandu, keluarga menjadi lebih sadar akan pentingnya asupan gizi dan pola pengasuhan anak yang sehat. Hasil wawancara dengan berbagai informan menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga di Gampong Neuheun memberikan beberapa dampak positif dalam upaya perbaikan gizi balita, yang dapat diklasifikasikan ke dalam beberapa subtema berikut:

1. Meningkatnya Pengetahuan Gizi Orang Tua

Pemberdayaan keluarga telah memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan pengetahuan orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang bagi tumbuh kembang anak. Orang tua mulai memahami jenis makanan yang dibutuhkan dan pentingnya pola makan teratur. Hal tersebut seperti yang diungkapkan IB1 yang menjelaskan bahwa:

“Dulu saya pikir yang penting anak kenyang. Tapi setelah ikut penyuluhan dari posyandu, saya jadi tahu kalau anak juga butuh sayur, buah, dan protein.”

IB2 juga menekankan bahwa informasi yang ia terima membuatnya lebih peduli terhadap makanan anak. Ia mengatakan:

“Sekarang saya tahu kalau nasi saja tidak cukup. Saya mulai biasakan beri anak telur atau tempe setiap hari.”

IB3 menambahkan bahwa setelah diberikan pemahaman tentang makanan bergizi, ia jadi lebih memperhatikan isi piring anak. Ia menjelaskan:

“Kalau dulu seadanya, sekarang saya usahakan setiap makan ada sayur dan lauk.”

IB4 juga menambahkan bahwa adanya keterbatasan pengetahuan di masa lalu dan baru menyadari pentingnya variasi makanan setelah mendapatkan informasi. Namun, keterbatasan ekonomi tetap menjadi tantangan utama dalam menerapkan pengetahuan tersebut ke dalam praktik sehari-hari. Ia mengatakan :

“Jujur saja, saya dan suami tidak terlalu paham. Dulu saya pikir asal anak makan, dia akan sehat. Tapi sekarang baru saya tahu kalau makanan harus bervariasi dan ada sayur, lauk, dan buah. Tapi kami masih bingung bagaimana caranya dengan uang yang sedikit.”

A1, ayah dari balita dengan status gizi kurang, juga menjelaskan bahwa edukasi dari puskesmas sangat membantunya. Ia mengatakan:

“Saya baru sadar pentingnya gizi setelah ikut kegiatan di balai gampong. Sekarang saya lebih berhati-hati dalam memberi makanan untuk anak.”

A2, ayah balita lainnya, menjelaskan bahwa pengetahuan yang ia dapat membantu keluarga dalam memilih bahan makanan yang lebih bergizi. Ia mengungkapkan:

“Kami diajari cara pilih makanan sehat yang murah, jadi meski uang pas-pasan, tetap bisa kasih anak makanan bergizi.”

A3 menekankan bahwa informasi yang diberikan oleh kader posyandu sangat berguna untuk orang tua. Ia menyampaikan:

“Banyak orang tua yang tidak tahu soal gizi. Tapi sekarang mereka mulai paham setelah sering ikut penyuluhan.”

A4 menambahkan sebelum memperoleh edukasi, pemahaman tentang gizi masih sangat minim dan terbatas pada anggapan bahwa cukup makan sudah memadai. Responden juga mencerminkan kondisi sosial di lingkungan sekitar, di mana masih banyak orang tua yang memiliki pandangan keliru terhadap kebutuhan gizi, termasuk persepsi bahwa susu hanya layak untuk anak dari keluarga berada. A4 menjelaskan :

“Dulu saya juga nggak tahu pentingnya gizi seimbang. Kami pikir asal anak makan, sudah cukup. Tapi setelah ikut penyuluhan dari puskesmas, baru sadar ternyata banyak hal yang harus diperhatikan. Di lingkungan sekitar pun banyak orang tua yang masih belum paham, bahkan ada yang bilang susu itu cuma buat anak orang kaya.”

TK1, tenaga kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun, menyampaikan bahwa pihak puskesmas aktif memberikan penyuluhan gizi dasar kepada keluarga. Dalam keterangannya, beliau mengatakan:

“Kami rutin adakan kelas ibu balita dan posyandu untuk menyampaikan pentingnya asupan gizi, dan itu cukup efektif meningkatkan kesadaran masyarakat.”

Kader posyandu, TK2 menuturkan bahwa para ibu kini lebih aktif bertanya dan mengikuti kegiatan gizi. Ia menyatakan:

“Kalau dulu mereka pasif, sekarang ibu-ibu mulai bertanya soal makanan sehat. Itu tanda mereka sudah lebih peduli.”

Keuchik Gampong Neuheun, D1 juga menjelaskan bahwa pemerintah gampong mendukung upaya penyuluhan gizi. Ia menyatakan:

“Kami fasilitasi kegiatan edukasi gizi lewat dana desa karena kami lihat manfaatnya sangat besar bagi anak-anak di sini.”

Perangkat Desa Gampong Neuheun (D2) menjelaskan bahwa program-program yang dijalankan mulai menunjukkan dampak positif. Beberapa balita yang sebelumnya masuk dalam kategori kurang gizi kini kondisinya sudah membaik. Kesadaran masyarakat pun semakin meningkat dan orang tua kini lebih memperhatikan tumbuh

kembang anak mereka, dan jumlah warga yang rutin membawa anak ke posyandu juga terus bertambah. Seperti yang beliau sampaikan:

"Alhamdulillah ada dampaknya. Balita yang dulunya masuk kategori kurang gizi sekarang udah mulai membaik. Warga juga lebih perhatian sama tumbuh kembang anaknya, dan makin banyak yang rutin bawa anak ke posyandu".

Berdasarkan hasil wawancara dengan berbagai informan yang telah dilakukan, dapat dilihat bahwa upaya pemberdayaan keluarga mengenai kesehatan dan gizi, memberikan dampak terhadap pemahaman mereka mengenai pentingnya asupan gizi seimbang bagi anak. Peningkatan pemahaman ini kemudian mendorong perubahan sikap dan perilaku dalam pengelolaan pola makan di rumah tangga, di mana orang tua menjadi lebih selektif dalam memilih jenis makanan, lebih memperhatikan kandungan nutrisi dalam setiap sajian, serta berupaya menciptakan kebiasaan makan yang lebih sehat bagi anak-anak mereka.

2. Perubahan Pola Konsumsi Keluarga

Selain meningkatkan pengetahuan, pemberdayaan juga berdampak pada perubahan kebiasaan konsumsi dalam rumah tangga. Orang tua mulai menerapkan apa yang mereka pelajari dengan mengubah jenis makanan yang disajikan setiap hari. Hal tersebut seperti yang diungkapkan IB1 yang menjelaskan bahwa:

"Sekarang saya lebih sering masak sayur dan beli tahu-tempe. Anak-anak juga saya biasakan sarapan pagi."

IB2 juga menekankan bahwa keluarganya kini jarang mengonsumsi makanan instan. Ia mengatakan:

"Saya mulai kurangi mie instan, sekarang lebih sering buat bubur atau nasi dengan lauk sederhana."

IB3 menambahkan bahwa ia telah mengatur jadwal makan anak dengan lebih teratur. Ia menjelaskan:

"Kalau dulu anak makan sesuka hati, sekarang ada jadwalnya, pagi-siang-sore."

IB4 juga menambahkan pola makan menjadi lebih baik dan berusaha untuk memperbaiki BB anak, ia menjelaskan :

"Sedikit demi sedikit, iya. Setelah saya belajar dari posyandu dan coba kasih makan yang lebih baik, berat badan anak saya mulai naik. Tapi kadang dia masih terlihat kurus kalau dibanding anak tetangga. Tapi saya tetap berusaha".

A1 mengatakan bahwa keluarganya kini lebih memilih makanan segar dari pasar tradisional. Ia menyatakan:

"Dulu sering beli makanan jadi. Sekarang kami lebih pilih masak sendiri dengan bahan segar, walau sederhana."

A2 mengungkapkan bahwa istri dan anaknya mulai terbiasa makan buah lokal. Ia mengatakan:

"Buah seperti pisang atau pepaya sekarang jadi camilan anak, bukan jajanan di luar."

A3 menyampaikan bahwa banyak keluarga sudah mengurangi makanan tinggi gula dan garam. Ia menyampaikan:

"Setelah tahu dampaknya, warga mulai kurangi kasih anak minuman manis atau makanan asin."

A4 juga ikut menambahkan bahwa Anaknya menjadi lebih aktif sekarang dan mulai bisa emakan makanan sendiri, karena sudah tahu cara untuk mengatasinya. Ia menjelaskan :

"Anak saya jadi lebih aktif dan tidak gampang sakit. Dia juga mulai bisa makan

sendiri dan lebih lahap dari dulu. Kami sebagai orang tua juga jadi lebih percaya diri dan tidak mudah panik saat anak susah makan, karena kami sudah lebih tahu cara menghadapinya”.

TK1 dari puskesmas mengatakan bahwa perubahan ini menunjukkan keberhasilan intervensi edukasi. Ia menyatakan:

“Kami senang lihat sekarang banyak keluarga mulai masak sendiri dan lebih peduli kandungan gizi.”

TK2 yang juga merupakan kader posyandu menuturkan bahwa perubahan tersebut dapat diamati dari jenis makanan yang dibawa saat posyandu. Ia menyatakan:

“Ibu-ibu sekarang sering bawa bekal sehat untuk anak ke posyandu, beda dari sebelumnya.”

D1 yang merupakan Geusyik menyampaikan bahwa perubahan pola konsumsi ini mendukung penurunan angka balita kurang gizi di wilayahnya. Ia mengatakan:

“Dengan makan yang lebih sehat, kami lihat grafik gizi anak-anak di gampong mulai naik.”

Perangkat Desa (D2) menjelaskan bahwa perubahan nyata cukup terlihat di masyarakat. Para ibu kini lebih rajin memasak makanan sehat, tidak lagi sekadar mengenyangkan. Mereka juga mulai memahami pentingnya jadwal makan yang teratur, pemberian vitamin, serta rutin memantau berat badan anak setiap bulan melalui posyandu. Kesadaran ini menunjukkan kemajuan besar dalam pola asuh dan perhatian terhadap gizi anak. Beliau menyampaikan:

“Kelihatan banget, sih. Sekarang ibu-ibu lebih rajin masak makanan sehat, nggak asal kenyang aja. Mereka juga udah paham pentingnya jadwal makan, vitamin, dan berat badan anak selalu dicek tiap bulan di posyandu”.

Berdasarkan hasil wawancara dengan berbagai informan, terlihat bahwa pemberdayaan keluarga mendorong perubahan pola konsumsi yang lebih sehat dan bergizi bagi orang tua, terutama dalam memilih makanan untuk balita. Melalui penyuluhan dan pendampingan dari tenaga kesehatan dan kader posyandu, para orang tua mulai lebih memahami pentingnya nutrisi seimbang. Mereka menjadi lebih berhati-hati dalam menyediakan makanan yang bergizi, sehingga berdampak positif pada kesehatan dan perkembangan balita secara keseluruhan.

3. Peningkatan Berat Badan dan Kondisi Kesehatan Balita

Salah satu dampak paling nyata dari pemberdayaan keluarga dalam menangani kasus balita kurang gizi di Gampong Neuheun adalah terjadinya peningkatan berat badan serta perbaikan kondisi kesehatan balita secara keseluruhan. Hal ini menunjukkan bahwa keterlibatan aktif keluarga dalam mengikuti penyuluhan, pendampingan, dan kegiatan posyandu memberikan hasil yang signifikan terhadap tumbuh kembang balita. Hal tersebut seperti yang diungkapkan IB1 yang menjelaskan bahwa:

“Sejak saya ikut penyuluhan dari posyandu dan mulai perhatikan makanan bergizi seperti sayur dan lauk yang cukup, alhamdulillah sekarang berat badan balita saya naik dan kelihatan lebih sehat.”

IB2 juga menyampaikan hal serupa. Ia menuturkan:

“Dulu balita saya sering sakit-sakitan dan kurang nafsu makan, tapi setelah ikut program pemberdayaan dan dikasih tahu cara mengatur pola makan, berat badannya sekarang sudah normal dan dia lebih ceria.”

IB3 menambahkan bahwa efek dari pendampingan yang dilakukan oleh kader posyandu sangat terasa dalam kehidupan sehari-hari. Ia menjelaskan:

“Balita saya sekarang jarang sakit. Sebelumnya sering batuk dan berat badannya di bawah normal. Tapi sekarang sudah masuk berat badan ideal. Saya jadi lebih semangat kasih makan yang sehat.”

IB4 mengungkapkan bahwa anaknya sekarang menjadi lebih aktif dan ingin belajar agar bisa memberikan yang terbaik untuk balitanya. Ia menjelaskan :

“Anak saya sekarang lebih aktif, sudah mulai bicara lebih jelas, dan tidak sering batuk seperti dulu. Walaupun belum sepenuhnya gemuk, tapi saya merasa sudah ada perubahan dan saya ingin terus belajar supaya anak saya bisa lebih sehat lagi”

A1, ayah dari balita dengan status gizi kurang, juga mengaku melihat perubahan yang signifikan pada kondisi balitanya. Ia mengatakan:

“Dulu saya tidak begitu paham soal makanan bergizi. Tapi setelah ikut bimbingan, sekarang balita saya sudah naik berat badannya hampir dua kilo dalam dua bulan.”

Hal serupa disampaikan oleh A2,. Ia mengungkapkan:

“Saya dan istri mulai rutin bawa balita kami ke posyandu. Dari sana kami tahu cara buat makanan sehat. Alhamdulillah sekarang kondisi kesehatannya membaik dan berat badannya naik.”

Menurut A3, konsistensi dalam mengikuti arahan tenaga kesehatan sangat membantu. Ia menyampaikan:

“Waktu pertama kali ikut kegiatan posyandu, balita saya sangat kurus. Tapi karena kami ikut semua saran dari petugas, sekarang terlihat lebih gemuk dan jarang sakit.”

Menurut A4 banyak perkembangan yang sudah didapat. Ia menjelaskan bahwa :

“Sekarang dia sudah bisa bicara lebih lancar, berat badannya perlahan naik, dan jarang demam atau diare. Saya dan istri merasa sangat bersyukur meskipun perjuangannya tidak mudah. Kami akan terus berusaha semampunya”

Tenaga kesehatan dari Puskesmas Gampong Neuheun, TK1 juga mengonfirmasi adanya kemajuan signifikan dalam kondisi balita di daerah tersebut. Dalam keterangannya, beliau mengatakan:

“Balita yang dulunya termasuk kategori kurang gizi, sekarang sudah ada peningkatan baik dari segi berat badan maupun kesehatan fisiknya. Ini berkat keterlibatan aktif orang tua setelah mereka diberdayakan.”

Kader posyandu Gampong Neuheun, TK2 turut memberikan pendapatnya. Ia menyatakan:

“Kami melihat banyak perubahan dari balita yang kami pantau. Berat badannya naik, dan orang tuanya juga lebih aktif konsultasi tentang gizi.”

Keuchik Gampong Neuheun, D1 juga menjelaskan bahwa dampak program pemberdayaan ini sangat positif bagi masyarakat. Ia menyatakan:

“Kami bersyukur karena kini banyak balita yang sudah tidak masuk kategori kurang gizi lagi. Ini berkat kerja sama antara keluarga, kader, dan puskesmas.”

Perangkat Desa (D2) menjelaskan bahwa kedepannya akan di rencanakan untuk memperluas jangkauan program ke dusun-dusun yang selama ini belum terlalu aktif berpartisipasi. Selain itu, pelatihan untuk para kader juga akan ditingkatkan agar mereka lebih siap memberikan edukasi kepada masyarakat. Kami juga ingin menjalin kerja sama dengan perguruan tinggi atau lembaga lain, agar bisa mendapatkan dukungan dari sisi keilmuan maupun pendampingan lapangan, sehingga program yang dijalankan bisa lebih efektif dan berkelanjutan. Sebagaimana dalam wawancara beliau menjelaskan bahwa:

“Kedepannya kita mau perluas jangkauan program ke dusun-dusun yang belum terlalu aktif, tambah pelatihan untuk kader, dan coba gandeng kampus atau lembaga lain biar bisa bantu dari sisi ilmu dan pendampingan.”

Berdasarkan hasil wawancara dengan berbagai informan di atas, terlihat bahwa pemberdayaan keluarga memiliki kontribusi besar dalam memperbaiki status gizi balita, khususnya melalui peningkatan berat badan dan kondisi kesehatan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi, pendampingan, dan dukungan dari berbagai pihak mampu mendorong orang tua untuk lebih peduli dan aktif dalam menjaga kesehatan balitanya.

PEMBAHASAN

Upaya Pemberdayaan Keluarga dalam Meningkatkan Gizi pada Balita Kurang Gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar

Upaya pemberdayaan keluarga adalah serangkaian tindakan atau strategi yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan, kemandirian, dan peran aktif keluarga dalam memenuhi kebutuhan dasar, mengambil keputusan, serta mengelola sumber daya yang dimiliki guna meningkatkan kualitas hidup. Pemberdayaan keluarga mencakup berbagai aspek, seperti peningkatan pengetahuan dan keterampilan, penguatan ekonomi, pengelolaan kesehatan dan gizi, pendidikan anak, hingga kemampuan membangun lingkungan keluarga yang sehat dan harmonis.

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa upaya pemberdayaan keluarga di Gampong Neuheun dilakukan melalui rangkaian kegiatan yang terstruktur, meliputi edukasi gizi, pendampingan rumah tangga, pelatihan pengolahan pangan lokal, serta monitoring pertumbuhan balita secara berkala. Edukasi gizi menjadi salah satu pilar utama, yang dilaksanakan oleh kader posyandu dan tenaga kesehatan dari puskesmas. Materi yang disampaikan tidak hanya sebatas teori gizi seimbang, tetapi juga mencakup teknik pemilihan bahan pangan, cara pengolahan yang mempertahankan kandungan gizi, serta pentingnya kebersihan dalam penyajian makanan. Upaya ini ditujukan untuk mengubah paradigma keluarga, dari sekadar memenuhi rasa kenyang menjadi memastikan kecukupan gizi sesuai kebutuhan tumbuh kembang anak (Kemenkes, 2018).

Pendampingan rumah tangga (*home visit*) menjadi strategi penting karena memberikan kesempatan bagi tenaga kesehatan untuk melihat langsung kondisi rumah, kebiasaan makan, dan pola asuh anak. Kegiatan ini memungkinkan penyampaian saran yang lebih kontekstual, sesuai dengan situasi dan kemampuan keluarga. Model pendampingan semacam ini selaras dengan konsep *family empowerment* dalam promosi kesehatan, yang memposisikan keluarga sebagai pusat pengambilan keputusan sekaligus pelaksana utama upaya Kesehatan (Shabany, 2020). Selain itu, kader posyandu yang berasal dari warga setempat memiliki keunggulan dalam membangun hubungan emosional dan kepercayaan, sehingga pesan yang disampaikan lebih mudah diterima dan diimplementasikan.

Keterbatasan ekonomi menjadi penghambat signifikan. Mayoritas keluarga responden memiliki pendapatan rendah dan tidak tetap, sehingga prioritas pembelian pangan lebih diarahkan pada bahan makanan yang murah dan mengenyangkan meskipun kandungan gizinya rendah. Kondisi ini membatasi keberagaman konsumsi pangan balita, yang berdampak pada sulitnya mencapai status gizi optimal. Dahlia (2025) menjelaskan bahwa faktor ekonomi rumah tangga memiliki pengaruh langsung terhadap kualitas dan kuantitas konsumsi pangan, di mana rendahnya daya beli akan mempersempit akses terhadap pangan bergizi dan beragam.

Hambatan eksternal juga menjadi tantangan tersendiri, seperti keterbatasan ketersediaan bahan pangan bergizi di lingkungan sekitar, khususnya pada musim-musim tertentu ketika pasokan ikan segar atau sayuran berkurang. Hal ini menyebabkan harga pangan meningkat dan sulit dijangkau oleh keluarga berpenghasilan rendah. Selain itu, sarana pendukung seperti peralatan memasak, tempat penyimpanan makanan yang memadai, serta ketersediaan waktu ibu untuk menyiapkan makanan sehat juga menjadi kendala. Banyak ibu memiliki peran ganda, yaitu mengurus rumah tangga sekaligus membantu mencari penghasilan tambahan, sehingga perhatian terhadap pengolahan makanan sehat menjadi terbatas.

Dengan demikian, hambatan pemberdayaan keluarga di Gampong Neuheun tidak hanya dipengaruhi oleh keterbatasan pengetahuan dan keterampilan gizi, tetapi juga oleh faktor ekonomi, ketersediaan bahan pangan, sarana prasarana, serta manajemen waktu dalam rumah tangga. Untuk mengatasi hambatan-hambatan tersebut, diperlukan pendekatan terpadu yang mencakup peningkatan kapasitas keluarga melalui edukasi berkelanjutan, dukungan ekonomi rumah tangga, dan peningkatan akses pangan bergizi dengan harga terjangkau, agar tujuan peningkatan gizi balita dapat dicapai secara optimal dan berkelanjutan.

Hambatan Pemberdayaan Keluarga dalam Meningkatkan Gizi pada Balita Kurang Gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar

Hambatan berdasarkan hasil penelitian adalah berbagai kendala atau faktor penghalang yang ditemukan peneliti di lapangan dan terbukti memengaruhi pencapaian tujuan penelitian. Hambatan ini bukan sekadar dugaan, melainkan muncul dari data yang diperoleh melalui wawancara, observasi, maupun dokumentasi. Hambatan dapat bersumber dari faktor internal, seperti rendahnya pengetahuan keluarga, keterbatasan ekonomi, dan kebiasaan yang sulit diubah, maupun dari faktor eksternal, misalnya minimnya sarana pendukung, kurangnya tenaga pendamping, serta keterbatasan program yang berkelanjutan. Selain itu, kondisi lingkungan sosial, budaya, maupun geografis juga sering menjadi hambatan kontekstual yang memperlambat proses perubahan. Dengan demikian, hambatan dalam penelitian dipahami sebagai temuan nyata yang menjelaskan mengapa suatu intervensi atau program tidak berjalan optimal sesuai harapan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, hambatan pemberdayaan keluarga dalam meningkatkan gizi pada balita kurang gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar meliputi kurangnya pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan keterbatasan ekonomi keluarga.

Salah satu hambatan utama dalam upaya peningkatan gizi balita di Gampong Neuheun adalah rendahnya pengetahuan orang tua, khususnya ibu, mengenai prinsip gizi seimbang. Banyak orang tua belum memahami pentingnya variasi makanan, kandungan zat gizi yang dibutuhkan oleh balita, serta cara penyajian makanan yang tepat. Akibatnya, pola makan anak cenderung monoton, bergantung pada makanan pokok seperti nasi dan lauk sederhana, tanpa memperhatikan asupan protein, vitamin, dan mineral yang cukup. Rendahnya tingkat pendidikan dan kurangnya akses terhadap informasi gizi turut memperburuk kondisi ini. Menurut Panjaitan (2022) pengetahuan seseorang sangat mempengaruhi perilaku kesehatannya, termasuk dalam hal pemenuhan gizi anak. Oleh karena itu, edukasi gizi yang berkelanjutan sangat diperlukan agar orang tua memiliki pemahaman yang benar dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Faktor ekonomi juga menjadi penghambat signifikan dalam pemenuhan gizi balita. Keluarga dengan penghasilan rendah sering kali kesulitan untuk membeli bahan

makanan yang bergizi dan bervariasi karena harga yang dianggap mahal. Mereka lebih cenderung memilih makanan yang murah dan mengenyangkan, namun kandungan gizinya rendah, seperti makanan instan atau makanan yang tinggi karbohidrat tetapi rendah protein dan mikronutrien. Selain itu, kondisi ekonomi yang terbatas juga membatasi akses keluarga terhadap layanan kesehatan, seperti kunjungan rutin ke posyandu atau konsultasi dengan tenaga gizi. Menurut Dahlia (2025), kemiskinan adalah salah satu faktor utama yang menyebabkan ketidakcukupan gizi pada anak-anak di negara berkembang, termasuk di Indonesia.

Dampak Pemberdayaan Keluarga dalam Meningkatkan Gizi pada Balita Kurang Gizi di Gampong Neuheun Aceh Besar

Dampak berdasarkan hasil penelitian adalah segala bentuk perubahan, pengaruh, atau konsekuensi yang muncul sebagai akibat dari suatu intervensi, program, atau fenomena yang diteliti. Dampak ini dapat bersifat positif maupun negatif, langsung maupun tidak langsung, serta jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam konteks penelitian, dampak biasanya dilihat dari sejauh mana hasil penelitian memberikan perubahan terhadap pengetahuan, sikap, perilaku, maupun kondisi sosial, ekonomi, dan kesehatan masyarakat. Dengan demikian, dampak penelitian menunjukkan nilai kebermanfaatan atau kontribusi nyata dari temuan penelitian terhadap permasalahan yang diteliti.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberdayaan keluarga di Gampong Neuheun memberikan dampak positif terhadap perbaikan status gizi balita. Perubahan yang terlihat meliputi peningkatan pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi anak, perbaikan pola makan keluarga, peningkatan frekuensi dan variasi pemberian makanan, serta perbaikan status gizi berdasarkan hasil pengukuran berat badan dan tinggi badan. Edukasi gizi yang diberikan kader posyandu dan tenaga kesehatan telah mendorong ibu untuk lebih memperhatikan komposisi makanan yang seimbang, sesuai rekomendasi Kemenkes. (2018) yang menekankan prinsip konsumsi pangan beragam, bergizi seimbang, dan aman (B2SA).

Peningkatan pengetahuan gizi ini berpengaruh langsung pada perubahan perilaku dalam pemberian makanan balita. Ibu mulai menerapkan variasi menu berbasis pangan lokal, seperti olahan ikan, sayuran hijau, dan kacang-kacangan, yang memiliki kandungan protein, vitamin, dan mineral penting untuk pertumbuhan anak. Hal ini sejalan dengan penelitian Ririen *et al* (2021) yang menyatakan bahwa pemanfaatan pangan lokal dalam program pemberdayaan keluarga dapat meningkatkan kemandirian pangan rumah tangga sekaligus memperbaiki kualitas asupan gizi anak. Selain itu, perubahan perilaku juga mencakup kebiasaan mencuci tangan sebelum menyiapkan makanan, membersihkan peralatan makan, dan mengolah makanan dengan metode yang mempertahankan kandungan gizi.

Dampak positif lainnya adalah meningkatnya keterlibatan keluarga dalam memantau pertumbuhan balita. Kegiatan penimbangan bulanan di posyandu menjadi lebih aktif diikuti oleh orang tua, sehingga kasus penurunan berat badan atau pertumbuhan yang terhambat dapat segera diidentifikasi dan ditangani. Dukungan sosial juga meningkat, terlihat dari keterlibatan anggota keluarga lain, seperti ayah dan nenek, dalam membantu menyiapkan makanan dan memastikan balita mengonsumsi makanan bergizi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Mansur *et al* (2024) yang menegaskan bahwa partisipasi seluruh anggota keluarga dalam pengasuhan memiliki kontribusi signifikan terhadap keberhasilan perbaikan gizi anak.

Namun, dampak yang dicapai tidak sepenuhnya merata. Beberapa keluarga masih menghadapi hambatan seperti keterbatasan ekonomi yang membatasi variasi menu, serta kebiasaan makan anak yang sulit diubah. Kendati demikian, adanya pendampingan rutin, motivasi dari kader, dan dukungan pemerintah gampong melalui dana desa terbukti mampu mempertahankan tren perbaikan status gizi pada sebagian besar balita yang menjadi sasaran program. Penelitian Engkus (2024) menguatkan bahwa kesinambungan program pemberdayaan, dukungan sumber daya, dan komitmen lintas sektor adalah kunci untuk memastikan dampak yang dicapai dapat berkelanjutan.

Dengan demikian, pemberdayaan keluarga di Gampong Neuheun memberikan dampak nyata dalam perbaikan gizi balita kurang gizi, baik melalui peningkatan pengetahuan, perubahan perilaku, maupun penguatan dukungan sosial. Walaupun masih terdapat tantangan, program ini membuktikan bahwa pendekatan berbasis keluarga mampu menjadi strategi efektif dalam mengatasi masalah gizi di tingkat komunitas.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini hanya dilakukan di Gampong Neuheun, Aceh Besar, sehingga hasilnya mungkin tidak sepenuhnya menggambarkan kondisi di wilayah lain dengan karakteristik sosial, budaya, dan ekonomi yang berbeda. Selain itu, pendekatan yang digunakan bersifat deskriptif sehingga tidak dapat menunjukkan hubungan kausal antarvariabel. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan cakupan wilayah yang lebih luas serta metode campuran (*mixed methods*) atau kuantitatif agar hasilnya lebih generalis dan objektif.

Pengumpulan data yang bergantung pada wawancara juga berpotensi dipengaruhi bias jawaban responden, baik karena faktor subjektivitas maupun keinginan untuk memberikan jawaban yang dianggap benar. Oleh karena itu, penelitian lanjutan sebaiknya menggunakan teknik triangulasi yang lebih kuat serta mengeksplorasi peran intervensi lintas sektor dalam mengatasi hambatan pemberdayaan keluarga, sehingga hasil yang diperoleh lebih komprehensif dan aplikatif bagi kebijakan maupun praktik di lapangan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pemberdayaan keluarga di Gampong Neuheun dalam meningkatkan gizi balita kurang gizi dilakukan melalui serangkaian langkah terencana yang menekankan perubahan perilaku dan peningkatan kesadaran. Upaya yang dilakukan antara lain menjaga kebersihan lingkungan dan makanan agar terhindar dari risiko penyakit, menerapkan pola makan bergizi yang sesuai kebutuhan tumbuh kembang balita, serta mendorong keterlibatan aktif keluarga dalam kegiatan posyandu. Selain itu, edukasi gizi yang diberikan secara rutin menjadi sarana penting untuk menambah pengetahuan orang tua mengenai jenis dan komposisi pangan yang seimbang.

Meskipun demikian, proses pemberdayaan ini tidak lepas dari berbagai hambatan. Salah satu kendala utama adalah kurangnya pengetahuan orang tua tentang prinsip gizi seimbang, yang membuat penerapan pola makan sehat belum optimal. Keterbatasan ekonomi keluarga juga menjadi faktor penghambat, karena pendapatan yang rendah membatasi kemampuan untuk menyediakan bahan pangan bergizi yang bervariasi.

Dampak dari pemberdayaan keluarga ini mulai terlihat dalam kehidupan sehari-hari. Pengetahuan gizi orang tua meningkat, yang tercermin pada perubahan pola konsumsi keluarga menjadi lebih sehat dan bervariasi. Balita yang sebelumnya mengalami kekurangan gizi menunjukkan peningkatan berat badan dan perbaikan kondisi kesehatan

secara umum. Hal ini menandakan bahwa meskipun menghadapi kendala, pemberdayaan keluarga tetap memberikan kontribusi nyata terhadap peningkatan status gizi balita di Gampong Neuheun.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian, disarankan kepada orang tua balita agar dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya gizi seimbang serta menerapkan pola makan bergizi secara konsisten untuk balita. Selain itu, orang tua juga diimbau untuk aktif mengikuti kegiatan posyandu dan edukasi gizi yang diselenggarakan di lingkungan mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Ardian, 2024. Pemberdayaan keluarga dan perubahan perilaku kesehatan. Jakarta: EGC.
- Cisse, M, 2018. Community empowerment in health promotion',. J. Public Heal. 12(3).
- Dahlia, 2025. Gizi dalam kesehatan reproduksi. Jakarta: EGC.
- Engkus, 2024. Strategi ketahanan pangan berbasis keluarga. Bandung: Alfabeta.
- Ginanjari, 2020. Pemberdayaan masyarakat dalam kesehatan. Jakarta: Prenada Media.
- Hidayati, 2024. Dampak kekurangan gizi pada perkembangan anak', J. urnal Gizi dan Kesehatan, 16(2).
- Kementerian Kesehatan (Kemenkes)., 2018. Pedoman pemberdayaan keluarga dalam peningkatan kesehatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (Kemenkes BKPK), 2023. Laporan status gizi balita Indonesia. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.
- Mansur, A., Hidayat, T. and Wahid, A, 2024. Perilaku konsumsi dan status gizi balita',. J. Gizi dan Pangan, 19(1).
- Munawaroh, L., et al, 2024. Perilaku konsumsi dan status gizi balita', J. urnal Gizi dan Pangan, 19(1).
- Panjaitan, R, 2022. Pemberdayaan masyarakat dan kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ririen, D., et al., 2021. Peningkatan kapasitas keluarga melalui program pemberdayaan',. J. Kesehatan, 13(2).
- Rusdianah, S. and Widiarini, R, 2020. Peran puskesmas dalam penanggulangan masalah gizi. J. Kesehat. Masyarakat, 12(2).
- Satu, R, 2023. Edukasi gizi seimbang pada ibu rumah tangga',. J. Pengabd. Kpd. Masyarakat, 7(1).
- Shabany, A., et al., 2020. Konsep dan aplikasi pemberdayaan keluarga. Surabaya: Airlangga University Press.
- Siagian, D., et al., 2022. Masalah gizi ganda di Indonesia',. J. Gizi Indones. 11(1).