

**LAPORAN PERTANGGUNG JAWABAN KEGIATAN
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**



**PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG POLA ASUH
DAN GIZI SEIMBANG PADA BAYI BALITA**

**Disusun Oleh :
TIM**

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA
TAHUN 2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Penyuluhan Kesehatan tentang Pola Asuh dan Gizi pada Balita
Ketua Tim : Dyah Pradnya Paramita, SST., M.Kes
Pelaksana
Jabatan : Dosen
NIK : 1201110155
Program Studi : DIII Kebidanan
Jumlah Anggota : 9
Nama Anggota : Farida Aryani, SST., M.Keb
Restu Destalia
Rahma Fitriana
Qurotul Nguyun
Dian Pratiwi
Indah Lestari
Nurul Safitri Yasin
Nadia Cahya
Ajeng Rizki A
Biaya : Yayasan Alma Ata
Jumlah Biaya : Rp 590.000

Yogyakarta, 2 Maret 2025

Mengesahkan,
Kepala LPPM Universitas Alma Ata

Dr. apt. Daru Estiningsih, S.Si., M.Sc.

Ketua Pelaksana
Pengabdian kepada Masyarakat

Dyah Pradnya Paramita, SST., M.Kes

KATA PENGANTAR

Assalamu 'alaikum wr wb.

Segala puji dan syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas rahmat, karunia, dan bimbingan-Nya, kegiatan pengabdian kepada masyarakat Program Studi Ilmu Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata ini telah terlaksana. Kegiatan ini diselenggarakan oleh Program Studi DIII Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta sebagai bagian dari tanggung jawab institusi dalam menyelesaikan permasalahan kesehatan di masyarakat.

Kegiatan ini telah dilaksanakan melalui beberapa tahapan dan melibatkan berbagai pihak yang telah mendukung baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, kami menyampaikan apresiasi dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan serta penyusunan laporan kegiatan ini.

Semoga segala bentuk partisipasi, dukungan, dan kontribusi dari Bapak/Ibu menjadi amal jariyah yang diridhai oleh Allah SWT, serta memberikan manfaat sebesar-besarnya bagi masyarakat, khususnya bagi dosen dan mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan ini. Aamiin.

Wassalamu'alaikum wr wb

Yogyakarta, Maret

2025

Penyusun

Tim

A. Latar Belakang

Masa balita merupakan periode emas (*golden age*) yang sangat menentukan kualitas tumbuh kembang anak. Pada masa ini, pemenuhan gizi yang seimbang serta penerapan pola asuh yang tepat menjadi faktor penting untuk menunjang perkembangan fisik, kecerdasan, dan kesehatan anak. Kekurangan gizi pada periode ini dapat menyebabkan masalah serius seperti stunting, gizi kurang, maupun gizi lebih yang berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia di masa depan.

Di Daerah Istimewa Yogyakarta, meskipun berbagai program kesehatan masyarakat telah dilaksanakan, permasalahan gizi balita masih menjadi tantangan. Di kabupaten Bantul, prevalensi gizi kurang balita masih tinggi (17,06%), demikian pula di Dusun Kadisono, Pajangan Bantul. Berdasarkan hasil data penimbangan Posyandu di Bulan Februari 2025, ditemukan sebanyak 14% balita masuk dalam kategori gizi kurang. Dari hasil penelitian diperoleh kesimpulan bahwa ada banyak faktor yang mempengaruhi status gizi balita, yaitu asupan makanan, keterpaparan penyakit infeksi, tingkat pendidikan, serta jumlah anggota keluarga. Hal ini menegaskan bahwa upaya peningkatan status gizi tidak hanya berkaitan dengan ketersediaan makanan, tetapi juga dengan kualitas pola asuh, pemahaman gizi, serta kondisi sosial ekonomi keluarga.

Posyandu sebagai layanan kesehatan berbasis masyarakat memiliki peran penting dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua melalui kegiatan promotif dan preventif, salah satunya adalah penyuluhan kesehatan. Penyuluhan mengenai pola asuh dan gizi balita di posyandu diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada orang tua maupun pengasuh dalam memberikan perawatan yang sesuai kebutuhan anak, sehingga prevalensi masalah gizi dapat terus ditekan.

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pola asuh dan gizi balita di posyandu dilaksanakan untuk mendukung upaya peningkatan status gizi anak, memperkuat peran keluarga dalam pengasuhan, serta mengoptimalkan peran posyandu sebagai pusat informasi kesehatan masyarakat.

B. Tujuan Umum

Meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan orang tua/pengasuh dalam menerapkan pola asuh yang tepat serta pemenuhan gizi seimbang bagi balita melalui kegiatan penyuluhan di posyandu.

C. Tujuan Khusus

1. Memberikan pemahaman kepada orang tua mengenai pentingnya gizi seimbang dalam tumbuh kembang balita.
2. Meningkatkan pengetahuan orang tua tentang praktik pola asuh yang mendukung kesehatan fisik, psikologis, dan sosial balita.
3. Mengedukasi orang tua tentang tanda-tanda masalah gizi balita (stunting, wasting, underweight, dan gizi lebih) serta upaya pencegahannya.
4. Mengoptimalkan peran posyandu sebagai sarana edukasi dan pemberdayaan masyarakat terkait kesehatan anak.
5. Mendorong keterlibatan aktif keluarga dan masyarakat dalam mendukung program pemerintah untuk menurunkan angka masalah gizi balita di dusun Kadisono, Pajangan Bantul.

D. Tema Kegiatan

Penyuluhan kesehatan tentang Pola Asuh dan Gizi Seimbang Pada Bayi Balita

E. Waktu dan Tempat Pelaksanaan

Tanggal : 23 Februari 2025
Waktu : 10.30 – 12.00 WIB
Tempat : Bapak Dukuh

F. Sasaran Kegiatan

Sasaran dalam kegiatan ini yaitu kader posyandu dan ibu yang mempunyai bayi balita.

G. Susunan Acara

Hari/Tgl	No.	Waktu	Acara
Minggu, 23 Februari 2025	1.	10.30-10.35	Pembukaan
	2.	10.35-10.50	Sambutan ketua kader Posyandu dan Dosen
	3.	10.50-11.35	Pemaparan materi
	4.	11.35-11.55	Tanya jawab
	5.	11.55-12.00	Penutup & foto bersama

H. Realisasi Anggaran Biaya

No.	Uraian	Jumlah Satuan	Harga	Jumlah (Rp)
1.	Print Poster	2	Rp 15.000	Rp 30.000
2.	Print Lembar Balik	2	Rp 70.000	Rp 140.000
3.	Print Leaflet	3 5	Rp 2000	Rp 70.000
4.	Konsumsi	3 5	Rp 10.000	Rp 350.000
	Total			Rp. 590.000

I. Susunan Panitia

Ketua Tim : Dyah Pradnya Paramita, S.ST., M.kes

Ketua Pelaksana : Qurotul Nguyun

Wakil Ketua : Dian Pratiwi Setyorini

Sekretaris : Nadia Cahya Kartika

Bendahara : Rahma Fitriana

Sie Acara : Ajeng Rizqy Aulia, Nurul Safitri Yasin

Sie Konsumsi : Indah Lestari

Sie Dokumentasi : Restu Destalia

J. Evaluasi Kegiatan

Kegiatan penyuluhan pola asuh dan gizi seimbang terlaksana pada tanggal 23 februari 2025 pukul 10.30-12.00 WIB. Dalam kegiatan tersebut dihadiri oleh 35 peserta yang terdiri dari kader posyandu dan ibu yang memiliki balita. Materi dapat tersampaikan dengan baik melalui metode ceramah dan diskusi.

K. Saran

Dengan adanya kegiatan penyuluhan pola asuh dan pemenuhan gizi seimbang, diharapkanwarga masyarakat dusun kadisono, khususnya ibu dengan balita dapat menerapkan pola asuh yang sesuai dan pemenuhan gizi seimbang pada balita yang telah dipaparkan diharapkan meningkatkan wawasan dan pengetahuan dalam pola asuh dan pemenuhan gizi seimbang pada balita. Serta kegiatan penyuluhan dapat dilakukan secara berkala sehingga mampu menanamkan pemahaman yang baik bagi peserta.

L A M P I R A N

Lampiran 1. Materi

Universitas Alma Ata
FIKES
Jember
Jember
Jember
Jember

Pola Asuh dan Gizi Pada Bayi Balita

Dusun Kadisono



Apa Yang Dimaksud Dengan Pola Asuh?

“Pola asuh adalah cara pendekatan orang dewasa dalam memberikan bimbingan, arahan, pengaruh dan pendidikan supaya anak dapat berkembang dan mandiri”



Prinsip Utama Pola Asuh

Responsif	Kontrol
Dukungan yang diberikan orang tua kepada anak, berupa sikap cepat tanggap terhadap kebutuhan dan permintaan anak-anak.	Tindakan yang dilakukan orangtua untuk memantau perilaku yang dilakukan anak agar anak memiliki sikap kepatuhan dan tidak menentang.

Macam-Macam Pola Asuh

Pola Asuh Otoriter

Ciri-ciri	Pengaruh
- Orang tua membatasi anak. - Berorientasi pada hukuman. - Orang tua sangat jarang memberi pujian pada anak.	- Tindakan otoriter jika tidak melakukan sesuatu yang sesuai keinginan orangtua. - Sikap kreatif anak tidak berkembang. - Anak merasa takut dengan orangtua. - Menghasilkan karakteristik anak yang pendiam, tertutup, gemar menentang, suka melanggar norma.

Pola Asuh Permissive

- Orang tua serba membolehkan / suka mengijinkan
- Pendekatan sangat responsif tapi cenderung terlalu longgar

Pengaruh

- Anak merasa dihargai
- Karakteristik anak menjadi mandiri, dapat mengontrol diri, mempunyai hubungan baik dengan teman, mampu menghadapi stress, punya minat terhadap hal-hal baru, kooperatif terhadap orang lain.

Ciri-ciri

- Mendorong anak untuk dapat berdiri sendiri
- Memberi pujian pada anak
- Bersikap hangat dan mengasihi

Pola Asuh Demokratis

- Pendekatan rasional dan demokrasi
- Orang tua sangat memperhatikan kebutuhan anak
- Orang tua tidak selalu menuruti keinginan anak, mereka lebih mengajarkan kebutuhan mana yang lebih penting

Pengaruh

- Anak merasa dihargai
- Karakteristik anak menjadi mandiri, dapat mengontrol diri, mempunyai hubungan baik dengan teman, mampu menghadapi stress, punya minat terhadap hal-hal baru, kooperatif terhadap orang lain

Ciri-ciri

- Mendorong anak untuk dapat berdiri sendiri
- Memberi pujian pada anak
- Bersikap hangat dan mengasihi

Tahapan Pola Asuh

Tahapan I (Pola Asuh Anak Sejak Dalam Kandungan)

- 1 Memberi Asupan Yang Bergizi
- 2 Berperilaku Baik, Damai, dan Tenang
- 3 Berbicara Dengan Baik Penuh Cinta
- 4 Menciptakan Suasana Aman dan Tenang
- 5 Menjaga Kesehatan



Tahapan II (Pola Asuh Anak Usia Dini 0-6th)

- 1 Pembentukan Karakter (Mengembangkan Fungsi Otak)
- 2 Otak Anak Seperti Spot Buss, Menyerap Semua Contoh Yang Baik Atau Buruk
- 3 Anak Akan Tumbuh Sesuai Lingkungannya
- 4 Orang Tua dan lingkungan Adalah Arsitek Untuk Menentukan Masa Mereka
- 5 Stimulasi: Interaksi Fisik (memeluk, mengasap), Interaksi Verbal (Berbicara dengan lembut, memuji, Memberikan Sentuhan/Pijatan, Ekspresi Cinta, Memberikan Informasi Atau Tentang Interaksi Stimulasi Positif (video, buku, bermain dan olahraga bersama)
- 6 Uala 5th Pertama Paling Penting, Sebaiknya Anak Diasuh Oleh Orang Tuan/Orang Yang Dituakan
- 7 Melindungi Dari Bahaya



Tahapan II (Pola Asuh Anak Usia Sekolah 7-18th)

- 1 Memberikan Kontrol Eksternal
- 2 Meyakinkan Anak Untuk Hidup Disiplin Atau Teratur
- 3 Menekankan Akan Perilaku Baik dan Sopan
- 4 Mendorong Untuk Terus Berinovasi dan Berkreasi
- 5 Memberikan Alasan Untuk Tindakan Yang Salah
- 6 Berbicara Pada Anak Dengan Kalimat Yang Positif



Tahapan IV (Pola Asuh Anak Usia Remaja Sebelum 20th)

- 1 Mempertakutkan Anak Sebagai Teman Atau Adik
- 2 Sering Berkomunikasi dan Berdiskusi
- 3 Menjadi Pendengar Yang Baik
- 4 Memberikan Contoh Atau Teladan
- 5 Tetap Mengawal Perubahan Kejiwaan Karena Banyaknya Pengaruh Negatif Disekitarnya (Kenakalan Remaja)



Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pola Asuh Orang Tua



Faktor Sosial Ekonomi

Orang tua berasal dari kelas ekonomi menengah cenderung lebih bersifat hangat, orang tua berasal dari kelas ekonomi kebawah cenderung menggunakan hukuman fisik dan menunjukan kekuasaan mereka



Faktor Tingkat Pendidikan

Orang tua berlatar belakang pendidikan tinggi dalam praktek pola asuhnya mengikuti kemajuan pengetahuan mengenai perkembangan anak, orang tua berlatar belakang pendidikan rendah dalam praktek pola asuhnya kurang menunjukan pengertian dan cenderung mendominasi anak, karena berpengetahuan terbatas



Jumlah Anak

Orang tua hanya memiliki 2-3 orang anak akan menggunakan pola asuhnya otoriter, dengan pola asuh ini akan tercipta ketertiban rumah



Gizi Seimbang Bayi Balita



Prinsip Gizi Pada Bayi

ASI mampu memenuhi kebutuhan gizi bayi untuk tumbuh kembang sampai bayi 6 bulan, sehingga periode ini tidak perlu diberikan makanan tambahan apapun kepada bayi

Pemberian makanan selain ASI pada umur 0-6 bulan dapat membahayakan bayi, karena bayi belum mampu memproduksi enzim untuk mencerna makanan selain ASI seperti diare, alergi.

Setelah bayi berumur 6 bulan, ASI saja tidak mampu lagi memenuhi kebutuhan gizi bayi, karena itu perlu mendapatkan makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI). ASI dilanjut sampai usia 2 th



Prinsip Gizi Pada Balita

Syarat makanan yang harus diberikan adalah makanan yang mudah dicerna dan tidak merangsang (tidak pedas)

Umur 1-3 tahun anak bersifat konsumen Pasif, makanannya tergantung pada apa yang disediakan ibu. gigi geligi susu telah tumbuh, tetapi belum dapat digunakan untuk mengunyah makanan yang terlalu keras.

Umur 4-5 tahun anak bersifat konsumen Aktif, yaitu mereka telah dapat memilih makanan yang disukai. kepada mereka telah dapat diberikan pendidikan gizi baik di rumah maupun faskes



Prinsip Penyusunan Menu

Energi	Diberikan tinggi untuk menyediakan yang cukup agar protein tidak dipecah menjadi energi
Protein	Diberikan tinggi untuk menunjang pertumbuhan dan menggantikan apabila terdapat sel-sel yang rusak
Lemak	Diberikan cukup untuk menyediakan alat transportasi vitamin larut lemak
Vitamin dan Mineral	Cukup untuk menunjang proses metabolisme tubuh
Cairan	Cukup untuk melancarkan proses defekasi

Pesan-pesan Gizi Seimbang

- Makanan aneka ragam makanan untuk balita
- Makanan makanan untuk memenuhi kecukupan energi balita
- Makananlah makanan sumber zat besi untuk balita
- biasakan makan pagi untuk balita
- Minumlah air bersih, aman yang cukup jumlah untuk balita



Terimakasih!

Sampai bertemu di kelas selanjutnya!

Lampiran 2. Daftar Hadir



PRAKTIK KOMUNITAS KEBIDANAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
DUSUN KADISONO, GUWOSARI, PAJANGAN
Jl. Kadisono, RT 03, Kadisono, Kalurahan Guwosari, Kapanewon Pajangan (55751)



DAFTAR HADIR

23 Februari 2025

No	Nama	TTD	
1.	Rafka D.	1. f	2. is
2.	Umi Sholihah		
3.	Fitriani F.S.	3.	4.
4.	Siti Musarofah.		
5.	Zuhannah	5.	6.
6.	IDA H		
7.	Ratna Ningrin purnahayati	7.	8.
8.	Maretha Risa M.		
9.	Muhtari	9.	10.
10.	Enna K.N		
11.		11.	12.
12.			
13.		13.	14.
14.			
15.		15.	16.
16.			
17.		17.	18.
18.			
19.		19.	20.
20.			

Lampiran 3. Dokumentasi Kegiatan

