

EDUKASI GIZI SEIMBANG PADA BALITA DENGAN GTM (GERAKAN TUTUP MULUT) DI DUSUN KIYARAN SUMBERAGUNG BANTUL

Fitria Melina¹, Ina Kuswanti², Lusa Rochmawati³, Sulistyaningsih Prabawati⁴

^{1,2,3,4} STIKes Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia

ARTICLE INFORMATION

Received: Juli, 05, 2025
Revised: Juli, 18, 2025
Available online: Juli, 21, 2025

KEYWORDS

Stunting, anak, gizi

CORRESPONDENCE

E-mail: fitriamelina88@gmail.com

A B S T R A C T

GTM adalah kondisi saat anak menolak makan dengan menutup mulut, melepeh makanan, atau memalingkan wajah. Jika berlangsung dalam waktu lama, GTM dapat menyebabkan anak tidak mendapatkan gizi seimbang, sehingga memicu berbagai masalah kesehatan seperti penurunan berat badan, defisiensi zat gizi mikro (seperti zat besi dan vitamin A), serta risiko stunting. Edukasi kesehatan adalah upaya terencana agar tercipta peluang bagi individu-individu maupun kelompok untuk meningkatkan kesadaran (literacy) serta memperbaiki keterampilan (life skills) dan pengetahuan demi kepentingan kesehatannya, sehingga edukasi sangat penting dalam membantu dan memahami cara menjaga Kesehatan, mencegah penyakit dan membuat Keputusan terkait gaya hidup.

INTRODUCTION

Masa Balita merupakan periode emas (golden age) dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, yang sangat dipengaruhi oleh kecukupan asupan gizi. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2022), anak usia 6-24 bulan mengalami pertumbuhan yang sangat pesat sehingga membutuhkan nutrisi yang seimbang dan memadai, terutama saat mulai mendapatkan makanan pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI). Namun dalam praktiknya, banyak bayi yang mengalami kesulitan makan, salah satunya ditandai dengan perilaku Gerakan Tutup Mulut.

GTM adalah kondisi saat anak menolak makan dengan menutup mulut, melepeh makanan, atau memalingkan wajah. Perilaku ini biasanya muncul saat fase peralihan dari ASI eksklusif ke MP-ASI, dan menjadi masalah umum yang sering dikeluhkan oleh orang tua. Studi menunjukkan bahwa sekitar 50–70% anak usia 6–24 bulan pernah mengalami GTM, baik bersifat sementara maupun berkepanjangan (Siregar et al., 2020). Pendampingan keluarga menjadi strategi yang efektif dalam memberdayakan masyarakat untuk meningkatkan kesiapan keluarga dalam mencegah resiko stunting (Puspita Sari, et al., 2021).

Jika berlangsung dalam waktu lama, GTM dapat menyebabkan anak tidak mendapatkan gizi seimbang, sehingga memicu berbagai masalah kesehatan seperti penurunan berat badan, defisiensi zat gizi mikro (seperti zat besi dan vitamin A), serta risiko stunting. Padahal, gizi seimbang sangat penting untuk menunjang sistem imun, perkembangan otak, serta optimalisasi tumbuh kembang anak (Kemenkes RI, 2021).

Edukasi kesehatan adalah upaya terencana agar tercipta peluang bagi individu-individu maupun kelompok untuk meningkatkan kesadaran (literacy) serta memperbaiki keterampilan (life skills) dan pengetahuan demi kepentingan

kesehatannya, sehingga edukasi sangat penting dalam membantu dan memahami cara menjaga Kesehatan, mencegah penyakit dan membuat Keputusan terkait gaya hidup (Nursalam, 2015)

Media Leaflet merupakan media cetak yang berisi pesan singkat, disusun secara menarik dan mudah dibawa, biasanya digunakan untuk menyampaikan informasi atau promosi secara efektif dan efisien (Arsyad, 2011)

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di Dusun Kiyaran bulan Mei-Juni 2025. Sasaran kegiatan pengabdian masyarakat adalah ibu yang memiliki balita dan memberikan edukasi melalui metode ceramah dan media Leaflet adapun langkahnya sebagai berikut:

- a. Persiapan
 - Melakukan koordinasi dengan kader di Dusun Kiyaran terkait data jumlah balita, kemudian sasaran di berikan undangan untuk dikumpulkan di gedung pertemuan .
- b. Pelaksanaan
 - 1) Ibu Balita diberikan undangan dan dikumpulkan pada satu tempat yaitu di gedung pertemuan sebelum diberikan edukasi, para ibu diberikan kuisisioner tentang gizi seimbang yang tujuannya untuk mengetahui pengetahuan awal tentang gizi seimbang.
 - 2) Memberikan edukasi kepada ibu balita tentang gizi seimbang pada balita menggunakan metode ceramah dan media leaflet
 - 3) Setelah selesai memberikan edukasi, ibu diberikan kuisisioner kembali tentang gizi seimbang pada balita untuk menilai keberhasilan edukasi.

- c. Monitoring dan evaluasi program Monitoring dan evaluasi program dilaksanakan sesuai dengan project planning matrix untuk mencapai tujuan kegiatan.

RESULTS

Hasil edukasi gizi seimbang pada balita dengan media leaflet sebagai berikut:

Tabel 1 Hasil analisis tingkat pengetahuan ibu balita sebelum diberikan edukasi dengan media leaflet

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	2	13%
Cukup	5	33%
Kurang	8	53%
Total	15	100%

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita sebelum diberikan edukasi Kesehatan melalui media leaflet lebih dari separuh responden berada pada tingkat pengetahuan yang kurang yakni sebanyak 8 responden (53%)

Tabel 2. Hasil edukasi tingkat pengetahuan ibu setelah diberikan edukasi dengan media leaflet tentang gizi seimbang pada balita

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	15	100%
Cukup	0	0%
Kurang	0	0%
Total	15	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pengetahuan ibu tentang gizi seimbang pada balita sudah diberikan edukasi melalui media leaflet memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 15 responden (100%).

Edukasi yang diberikan berupa pengertian gizi seimbang, pengertian gerakan tutup mulut, dampak GTM terhadap asupan gizi dan pertumbuhan balita, tanda-tanda kekurangan gizi pada balita dengan GTM, strategi pemberian makanan gizi seimbang pada balita dengan GTM, peran orang tua dan pengasuh dalam mengatasi GTM

DISCUSSION

Pengabdian masyarakat yang dilakukan pada ibu balita di Dusun Kiyaran Sumberagung Bantul di awali dengan pre test yaitu membagikan kuisioner tentang gizi seimbang pada balita dengan GTM yang diisi oleh peserta sebelum diberikan edukasi.

Berdasarkan hasil pretest dapat diketahui bahwa sebagian besar ibu balita memiliki pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 8 pesera (53%). Setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian, terjadi peningkatan pengetahuan orang tua tentang gizi seimbang dan cara mengatasi GTM. Orang tua menjadi lebih percaya diri untuk menerapkan teknik pemberian makan yang baik, seperti memberikan porsi kecil tapi sering, menggunakan variasi makanan menarik, serta menciptakan suasana makan yang nyaman tanpa paksaan.

Pada Pelaksanaan edukasi tentang gizi seimbang pada balita dengan GTM, peserta tampak antusias mengikuti dan banyak pertanyaan yang diajukan kepada pengisi materi. Begitupula pada saat membaca materi pada leaflet peserta tampak asyik dengan isi materi di leaflet. Menurut (Miftahul Jannah, 2017) penggunaan leaflet bertujuan untuk menstransfer informasi agar lebih efektif dan efisien, selian itu juga dapat me dukung pemahaman peserta

penyuluhan dapat mendorong perubahan perilaku dan merupakan media referensi yang bisa dibawa pulang

Edukasi atau pendidikan kesehatan secara langsung kepada ibu balita dapat meningkatkan antusias ibu untuk mengenal lebih jauh tentang gizi seimbang pada balita dengan GTM Menurut Champion dikatakan bahwa melalui pendidikan kesehatan juga efektif dalam membentuk perilaku dan ketika seorang ibu balita rentan terhadap GTM yang dialami pada anaknya (kerentanan yang dirasakan) dan sadar akan ancaman penyakit pada kesehatan (keparahan yang dirasakan) kemungkinan besar akan mencegah gizi buruk pada anaknya. Melalui program pendidikan kesehatan yang berkelanjutan tentang gizi seimbang balita dengan GTM maka upaya pencegahan stunting dan gizi buruk dapat teratasi sejak dini.

CONCLUSIONS

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan judul “Edukasi Gizi Seimbang Pada Balita Dengan GTM (Gerakan Tutup Mulut) di Dusun Kiyaran Sumberagung Bantul” telah dilaksanakan sesuai dengan rencana dan dapat berjalan dengan baik.

REFERENCES

- Arsyad, A. (2011). *Media pembelajaran* (Edisi ke-1). Rajawali Pers.
- Jannah, M. (2017). *Perbandingan efektivitas pendidikan kesehatan dengan media leaflet dan audio visual dalam meningkatkan pengetahuan remaja tentang pemeriksaan payudara sendiri (SADARI)*. *Jurnal Keperawatan Terpadu (Integrated Nursing Journal)*, 2(2), 80–85
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses dari <https://www.kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2021>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses dari <https://www.kemkes.go.id/id/indonesia-health-profile-2022>
- Nursalam. (2015). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan: Pendekatan praktis* (Edisi ke-3). Salemba Medika.
- Puspita Sari, D. E., & Lestari, D. I. (2021). Analisis faktor yang mempengaruhi pengetahuan gizi seimbang pada anak. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 6(2), 13055
- Siregar, A., Hartati, Y., Podojoyo, P., & Telisa, I. (2022). Pencegahan dan Asuhan Gizi Anak Balita Wasting di Wilayah Kerja Puskesmas Taman Bacaan Palembang. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(3), 527–535.