

**LAPORAN KEGIATAN PENGABDIAN MASYARAKAT
DETEKSI, STIMULASI, DAN EDUKASI TUMBUH KEMBANG PADA
ANAK BALITA**



Disusun Oleh:

**Aries Chandra Ananditha, M.Kep., Sp.Kep.An
Gita Marini, S.Kep., Ns., M.Kes
Silviana Darmayanti, S.Kep
Lailatul Chodiriyah, S.Kep
Mohammad Alif Agus. S, S.Kep
Wajihatun Zuhroh, S.Kep
Vira Aulia Aviari, S.Kep
Ramadhan Harahap, S.Kep
Adinda Lestya Kusuma, S.Kep
Ajeng Tri Karunia, S.Kep
Muhammad Nidhon Hakim, S.Kep
Shakila Yusuf Lestari, S.Kep
Sefni Tanti Ferawati, S.Kep**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2023

Satuan Acara Penyuluhan (SAP)

1. Pokok bahasan : Tumbuh Kembang dan Nutrisi Anak
2. Subpokok bahasan : Gizi seimbang untuk tumbuh kembang pada anak balita
3. Tempat : Rumah ke rumah di RW. 03 Mulyorejo
4. Waktu : 30 menit
5. Hari/Tanggal : Kamis, 08 Juni 2023
6. Sasaran : Ibu dengan anak bayi, toddler, prasekolah, sekolah

A. Tujuan

1. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan selama 1x30 menit, klien mampu mengerti dan memahami tentang masalah tumbuh kembang dan nutrisi pada anak.

2. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 1x30 menit klien dapat:

1. Menyebutkan pengertian pertumbuhan dan perkembangan dengan benar.
2. Menyebutkan 2 dari 3 tahap-tahap pertumbuhan dan perkembangan yang dialami.
3. Menyebutkan pengertian gizi dengan benar.
4. Menyebutkan penyebab dan tanda / gejala gizi kurang dengan benar.
5. Menyebutkan akibat gizi kurang dengan benar.
6. Menyebutkan sumber gizi dan pencegahan gizi kurang dengan benar.
7. Menyebutkan cara memotivasi makanan pada anak
8. Menyebutkan menu seimbang untuk anak

9. Menyebutkan penyakit yang berisiko pada anak dengan gizi kurang

3. Metode : Ceramah, diskusi

4. Media : Lembar balik

5. Materi :

- a. pengertian pertumbuhan dan perkembangan dengan benar.
- b. tahap-tahap pertumbuhan dan perkembangan yang dialami.
- c. pengertian gizi dengan benar.
- d. penyebab dan tanda / gejala gizi kurang dengan benar.
- e. akibat gizi kurang dengan benar.
- f. sumber gizi dan pencegahan gizi kurang dengan benar.
- g. cara memotivasi makanan pada anak
- h. menu seimbang untuk anak
- i. penyakit yang berisiko pada anak dengan gizi kurang

6. Kegiatan Penyuluhan

| Waktu | Tahap kegiatan | K e g i a t a n | |
|---------|----------------|--|---|
| | | Penyuluh | Sasaran |
| 5 menit | Pembukaan | <ol style="list-style-type: none"> 1. Membuka acara dengan mengucapkan salam kepada sasaran 2. Menyampaikan topik dan tujuan penkes kepada sasaran 3. Kontrak waktu untuk kesepakatan pelaksanaan penkes dengan sasaran | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab salam 2. Mendengarkan penyuluh menyampaikan topik dan tujuan. 3. Menyetujui kesepakatan waktu pelaksanaan pendidikan kesehatan. |

| | | | |
|----------|-------------------|--|--|
| 10 menit | Kegiatan inti | <ol style="list-style-type: none"> 1. Mengkaji ulang pengetahuan sasaran tentang materi penyuluhan. 2. Menjelaskan materi penyuluhan kepada sasaran dengan menggunakan lembar balik 3. Memberikan kesempatan kepada sasaran untuk menanyakan hal-hal yang belum di mengerti dari materi yang dijelaskan penyuluh. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menyampaikan pengetahuannya tentang materi penyuluhan 2. Mendengarkan penyuluh menyampaikan materi 3. menanyakan hal-hal yang tidak dimengerti dari materi penyuluhan |
| 10 menit | Evaluasi/ penutup | <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan pertanyaan kepada sasaran tentang materi yang sudah disampaikan penyuluh 2. Menyimpulkan materi penyuluhan yang telah disampaikan kepada sasaran 3. Menutup acara dan mengucapkan salam serta terima kasih kepada sasaran. | <ol style="list-style-type: none"> 1. Menjawab pertanyaan yang diajukan penyuluh 2. Mendengarkan penyampaian kesimpulan 3. Mendengarkan penyuluh menutup acara dan menjawab salam |

7. Evaluasi

- a. Prosedur : Post test
- b. Bentuk : Lisan
- c. Jenis : Verbal
- d. Butir Pertanyaan
 - 1. Jelaskan pengertian pertumbuhan dan perkembangan dengan benar.
 - 2. Menyebutkan 2 dari 3 tahap-tahap pertumbuhan dan perkembangan yang dialami.
 - 3. Jelaskan pengertian gizi dengan benar.
 - 4. Jelaskan penyebab dan tanda / gejala gizi kurang dengan benar.
 - 5. Jelaskan akibat gizi kurang dengan benar.
 - 6. Jelaskan sumber gizi dan pencegahan gizi kurang dengan benar.
 - 7. Jelaskan cara memotivasi makanan pada anak
 - 8. Jelaskan menu seimbang untuk anak
 - 9. Jelaskan penyakit yang berisiko pada anak dengan gizi kurang

8. Pengorganisasian Kelompok

- Pembawa Acara : Mohammad Alif Agus. S
- Penyuluh : Silviana Darmayanti
: Ramadhan Harahap
- Observer : Lailatul Chodiriyah
Wajihatun Zuhroh
Vira Aulia Aviari
Adinda Lestya Kusuma
Ajeng Tri Karunia
Muhammad Nidhon Hakim
- Fasilitator : Ajeng Tri Karunia
Muhammad Nidhon Hakim
Shakila Yusuf Lestari
Sefni Tanti Ferawati

KONSEP DASAR TUMBANG ANAK

A. Pengertian Pertumbuhan dan Perkembangan

Pertumbuhan Yaitu yang berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar jumlah, ukuran yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, pounds, Kg), ukuran panjang (milimeter, centimeter, meter). Contoh : BB, TB, PB

Perkembangan Akibatnya kemampuan / skill/ kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam polay / teratur. Sebagai hasil dari proses kematangan. Pertumbuhan berdampak pada aspek fisik.

B. Tahap-tahap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

- Proses Pertumbuhan yang Dialami

Pertumbuhan paling cepat terjadi pada masa bayi adalah sejak ia lahir sampai berumur 1 tahun. Hal ini terlihat dari pertumbuhan BB saat bayi umur 6 bulan BB nya 2x lipat dari BB saat lahir dan usia 12 bulan BB nya + 3x lipat dari BB waktu lahir.

- Proses Perkembangan yang Dialami

1. Perkembangan Motorik

Perkembangan yang berhubungan dengan kemampuan duduk, berjalan, melompat, menulis, mengambil sesuatu.

2. Perkembangan Bahasa

Berhubungan dengan kemampuan mendengar, mengerti dan menggunakan bahasa.

3. Perkembangan Sosial

Untuk berhubungan dengan orang lain, contoh : bermain dengan teman.

1. Pengertian Gizi

Gizi adalah elemen yang terdapat dalam makanan dan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh seperti halnya karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Gizi yang seimbang dibutuhkan oleh tubuh, terlebih pada anak yang masih dalam masa pertumbuhan. Dimasa tumbuh kembang balita yang berlangsung secara cepat dibutuhkan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang tepat dan seimbang Gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui makanan sehari-hari sehingga tubuh bisa aktif dan sehat optimal, serta tak terganggu penyakit atau tubuh tetap sehat

Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. (Kemenkes RI. 2014)

C. Penyebab Gizi Kurang

1. Jumlah makanan yang dimakan kurang
2. Jenis bahan makanan tidak seimbang
3. Makan tidak teratur
4. Penyakit

5. Anak banyak jajan di luar

D. Tanda dan gejala Gizi Kurang

1. Berat badan kurang dari normal/ kurus.
2. Nafsu makan berkurang
3. Kurang bersemangat
4. Mata pucat
5. Mudah lelah
6. Malas beraktifitas
7. Cengeng

E. Akibat gizi kurang

1. Kecerdasan kurang
2. Kurang darah
3. Gangguan pertumbuhan dan perkembangan
4. Mudah terserang penyakit

F. Sumber gizi bagi balita seperti

1. Karbohidrat Berasal dari nasi, roti, sereal, kentang, dan jagung.
2. Vitamin Buah dan Sayur
3. Protein Berasal dari ikan, susu, telur, daging, dan kacang-kacangan.

G. Pencegahan gizi kurang

1. Dahulukan makan dari pada jajan.
2. Makan minimal 3x per hari dengan teratur

H. Cara memotivasi makanan pada anak

1. Membuat suasana makan anak menyenangkan.
2. Jangan memaksa / mengomeli anak ketika anak makan.
3. Berikan kebebasan anak dalam memilih menu makanan dengan tetap mempertahankan gizi yang seimbang.

I. Menu Seimbang Untuk balita

1. Menu makan pagi Bubur, roti isi ayam dan wortel serta susu.
2. Menu makan siang Nasi putih, bola-bola daging, sayur bening bayam, tahu, dan jagung.
3. Menu makan malam Nasi putih, sayur cah, ayam/ telur, tempe, dan buah seperti mangga, pepaya
4. Selingan pagi Buah, bisa dimakan langsung atau di buat jus.
5. Selingan siang Susu atau biskuit kecil.

Penyakit yang berisiko pada anak malnutrisi

1. Kwashiorkor merupakan kondisi malnutrisi akibat kekurangan asupan protein. Padahal, protein sangat dibutuhkan untuk memperbaiki dan memperbaharui sel serta jaringan tubuh, mendukung proses pemulihan tubuh ketika terjadi luka atau penyakit, dan mendukung tumbuh kembang janin, bayi, dan anak-anak.

Gejala dari penyakit ini antara lain kelelahan, kulit kering dan bersisik, rambut kering atau kusam, perut buncit, hilangnya massa otot, pembengkakan di bawah kulit (edema), perubahan *mood*, serta susah menambah berat dan tinggi badan.

2. Marasmus disebabkan oleh kekurangan asupan kalori berkepanjangan, baik dari protein maupun karbohidrat. Marasmus dapat menimpa anak-anak dan orang dewasa, serta berisiko tinggi menyebabkan kematian, jika tidak ditangani.

Ciri-ciri orang terkena marasmus adalah tubuh kurus kering dan tulang yang menonjol, terutama tulang iga dan bahu. Selain itu, kulit lengan, paha, dan bokong penderita akan tampak kendur, serta wajahnya terlihat seperti orang tua.

3. Beri-beri terjadi karena tubuh kekurangan vitamin B1 (*thiamine*). Vitamin ini berperan penting dalam mengatur kinerja serta fungsi sistem saraf dan otot, menjaga fungsi saluran pencernaan, dan proses metabolisme karbohidrat menjadi energi. Penyakit beri-beri terdiri dari 2 jenis, yaitu beri-beri basah dan beri-beri kering.

Gejala beri-beri basah antara lain sering terbangun di malam hari dengan sesak napas, denyut jantung meningkat, sesak napas saat beraktivitas, dan kaki bagian bawah bengkak. Beri-beri basah umumnya dapat mengganggu kinerja jantung dan pembuluh darah.

4. Skorbut adalah penyakit malnutrisi akibat tubuh kekurangan vitamin C. Vitamin C penting bagi tubuh karena berperan dalam produksi kolagen, penyerapan zat besi, dan pembentukan imunitas tubuh.

Gejala penyakit *scurvy* antara lain nyeri otot dan sendi, kelelahan, munculnya titik-titik merah di kulit, perdarahan dan pembengkakan pada gusi maupun gusi bengkak dan sakit, hilangnya nafsu makan, berat badan turun, diare, mual, dan demam

5. Anemia adalah kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah atau hemoglobin. Penyakit ini bisa terjadi akibat kekurangan zat besi.

Anemia defisiensi besi ditandai dengan berbagai gejala, yaitu tubuh lemah dan lesu, merasa sangat letih, kesemutan di kaki, kurangnya nafsu makan, detak jantung cepat, kuku rapuh, nyeri dan radang lidah, tangan dan kaki dingin, pusing atau sakit kepala, infeksi, sakit dada, sesak napas, insomnia dan kulit pucat. Namun, terkadang penyakit ini bisa saja tidak menimbulkan gejala apa pun.

LAPORAN KEGIATAN (SAGA)
GIZI SEIMBANG PADA TUMBUH KEMBANG ANAK

Sub Pokok Bahasan : Gizi seimbang dan Tumbuh kembang anak balita
Sasaran : Orangtua yang memiliki balita
Hari, Tanggal Pelaksanaan : Kamis, 08 Juni 2023
Tempat : Wilayah RW 03 Kelurahan Mulyorejo
Waktu : 09.00 WIB

1.1 Evaluasi Kegiatan

1. Struktur

a. Persiapan media yang akan digunakan

Media berupa Booklet (Lembar balik)

b. Persiapan tempat yang akan digunakan

- Penyuluhan dilakukan di rumah warga RW 03
- Telah berkoordinasi dengan Ketua RW. 03, Ketua RT. 05 dan ketua koor KSH RW. 03, mengenai kegiatan penyuluhan yang diadakan.

c. Kontrak waktu

- Telah berkoordinasi mengenai waktu dengan ketua koor KSH RW 03 dan kader-kader setempat untuk menyampaikan terkait kegiatan penyuluhan yang akan diselenggarakan oleh mahasiswa.

d. Persiapan SAP

Telah mendapat persetujuan oleh pihak puskesmas dan pembimbing akademik

2. Proses

a. Peserta aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan penyuluhan

- Jumlah peserta yang terjangkau melalui kegiatan *door to door* berjumlah 30 orangtua yang memiliki balita sesuai dengan target dan sasaran yang telah disepakati oleh pembimbing akademik dan KSH setempat.

- Sebagian besar orang tua mengatakan bahwa pemenuhan gizi pada anak terkendala dengan finansial sehingga orang tua sering memberikan makanan gorengan dan makanan instan.
- Tidak ada peserta yang menolak saat dilakukan kegiatan penyuluhan

3. Hasil

- a. Setelah diberikan edukasi pemahaman mengenai pemenuhan gizi seimbang untuk balita meningkat dimana dibuktikan orangtua dapat memilah alternatif menu makanan yang sederhana dan murah namun kandungan gizinya tinggi
- b. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan peserta mampu menjawab pertanyaan tentang Gizi Seimbang dan Tumbuh Kembang Anak
 - List pertanyaan yang diajukan oleh pemateri :
 1. Apa saja penyebab dari gizi kurang ?
 2. Bagaimana tanda dan gejala gizi kurang ?
 3. Apa saja menu seimbang yang disarankan untuk balita?
- c. Setelah diberikan edukasi gizi seimbang dan tumbuh kembang anak tingkat pemahaman ibu menjadi lebih baik, terlihat orangtua balita mampu menjawab beberapa pertanyaan mengenai materi tersebut.

1.2. Materi penyuluhan

1. Definisi

Pertumbuhan Yaitu yang berkaitan dengan masalah perubahan dalam besar jumlah, ukuran yang bisa diukur dengan ukuran berat (gram, pounds, Kg), ukuran panjang (milimeter, centimeter, meter). Contoh : BB, TB, PB
Perkembangan Akibatnya kemampuan / skill/ kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam polay / teratur. Sebagai hasil dari proses kematangan. Pertumbuhan berdampak pada aspek fisik.

2. Tahap-tahap Pertumbuhan dan Perkembangan Anak

- Proses Pertumbuhan yang Dialami

Pertumbuhan paling cepat terjadi pada masa bayi adalah sejak ia lahir sampai berumur 1 tahun. Hal ini terlihat dari pertumbuhan BB

saat bayi umur 6 bulan BB nya 2x lipat dari BB saat lahir dan usia 12 bulan BB nya + 3x lipat dari BB waktu lahir.

- Proses Perkembangan yang Dialami

1. Perkembangan Motorik

Perkembangan yang berhubungan dengan kemampuan duduk, berjalan, melompat, menulis, mengambil sesuatu.

2. Perkembangan Bahasa

Berhubungan dengan kemampuan mendengar, mengerti dan menggunakan bahasa.

3. Perkembangan Sosial

Untuk berhubungan dengan orang lain, contoh : bermain dengan teman.

3. Pengertian Gizi

Gizi adalah elemen yang terdapat dalam makanan dan dapat dimanfaatkan secara langsung oleh tubuh seperti halnya karbohidrat, protein, lemak, vitamin, mineral, dan air. Gizi yang seimbang dibutuhkan oleh tubuh, terlebih pada anak yang masih dalam masa pertumbuhan. Dimasa tumbuh kembang balita yang berlangsung secara cepat dibutuhkan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang tepat dan seimbang Gizi yang sesuai dengan kebutuhan tubuh melalui makanan sehari-hari sehingga tubuh bisa aktif dan sehat optimal, serta tak terganggu penyakit atau tubuh tetap sehat

Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi. (Kemenkes RI. 2014)

4. Penyebab Gizi Kurang

1. Jumlah makanan yang dimakan kurang

2. Jenis bahan makanan tidak seimbang
3. Makan tidak teratur
4. Penyakit
5. Anak banyak jajan di luar

5. Tanda dan gejala Gizi Kurang

1. Berat badan kurang dari normal/ kurus.
2. Nafsu makan berkurang
3. Kurang bersemangat
4. Mata pucat
5. Mudah lelah
6. Malas beraktifitas
7. Cengeng

5. Akibat gizi kurang

1. Kecerdasan kurang
2. Kurang darah
3. Gangguan pertumbuhan dan perkembangan
4. Mudah terserang penyakit

6. Sumber gizi bagi balita seperti

1. Karbohidrat Berasal dari nasi, roti, sereal, kentang, dan jagung.
2. Vitamin Buah dan Sayur
3. Protein Berasal dari ikan, susu, telur, daging, dan kacang-kacangan.

7. Pencegahan gizi kurang

1. Dahulukan makan dari pada jajan.

2. Makan minimal 3x per hari dengan teratur.

8. Cara memotivasi makanan pada anak

1. Membuat suasana makan anak menyenangkan.
2. Jangan memaksa / mengomeli anak ketika anak makan.
3. Berikan kebebasan anak dalam memilih menu makanan dengan tetap mempertahankan gizi yang seimbang.

9. Menu Seimbang Untuk balita

1. Menu makan pagi Bubur, roti isi ayam dan wortel serta susu.
2. Menu makan siang Nasi putih, bola-bola daging, sayur bening bayam, tahu, dan jagung.
3. Menu makan malam Nasi putih, sayur cah, ayam/ telur, tempe, dan buah seperti mangga, pepaya
4. Selingan pagi Buah, bisa dimakan langsung atau di buat jus.
5. Selingan siang Susu atau biskuit kecil.

10. Penyakit yang berisiko pada anak malnutrisi

1. Kwashiorkor merupakan kondisi malnutrisi akibat kekurangan asupan protein. Padahal, protein sangat dibutuhkan untuk memperbaiki dan memperbaharui sel serta jaringan tubuh, mendukung proses pemulihan tubuh ketika terjadi luka atau penyakit, dan mendukung tumbuh kembang janin, bayi, dan anak-anak.
2. Marasmus disebabkan oleh kekurangan asupan kalori berkepanjangan, baik dari protein maupun karbohidrat. Marasmus dapat menimpa anak-anak dan orang dewasa, serta berisiko tinggi menyebabkan kematian, jika tidak ditangani.
3. Beri-beri terjadi karena tubuh kekurangan vitamin B1 (thiamine). Vitamin ini berperan penting dalam mengatur kinerja serta fungsi sistem saraf dan otot, menjaga fungsi saluran pencernaan, dan proses metabolisme

karbohidrat menjadi energi. Penyakit beri-beri terdiri dari 2 jenis, yaitu beri-beri basah dan beri-beri kering.

4. Skorbut adalah penyakit malnutrisi akibat tubuh kekurangan vitamin C. Vitamin C penting bagi tubuh karena berperan dalam produksi kolagen, penyerapan zat besi, dan pembentukan imunitas tubuh.
5. Anemia adalah kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah atau hemoglobin. Penyakit ini bisa terjadi akibat kekurangan zat besi.

1.3 Hasil KMS

| Keterangan | Hasil | Prosentase |
|--------------------|-------|------------|
| Normal | 19 | 60% |
| Kurang gizi ringan | 7 | 23,3% |
| Obesitas | 4 | 13% |
| Jumlah | 30 | 100% |

Pada hasil KMS balita di wilayah RW 03 desa mulyorejo menunjukkan hasil terdapat anak dengan BB normal yaitu 19 dengan prosentase 60%, anak dengan BB kurang gizi ringan yaitu 7 dengan prosentase 23,3%, anak dengan BB obesitas yaitu 4 dengan prosentase 13%. Kesimpulan dari hasil tersebut menunjukkan bahwa hasil terbanyak pada balita dengan BB normal.

1.4 Kesimpulan dan Saran

1.4.1 Kesimpulan

Sebelum dilakukan penyuluhan/edukasi dari rumah ke rumah, masyarakat masih banyak yang belum mengetahui tentang gizi seimbang dan tumbuh kembang pada anak. Banyak masyarakat yang beranggapan bahwa jika anaknya tidak sakit maka dianggap masih sehat dan tidak ada masalah pada gizinya. Setelah diberikan edukasi mengenai gizi seimbang, menu gizi seimbang, dan tumbuh kembang pada anak, orangtua balita menjadi lebih memahami.

1.4.2 Saran

Diharapkan pemahaman masyarakat mengenai gizi seimbang dan tumbuh kembang pada anak dapat meningkat.

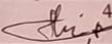
Lampiran

1. Absensi

 **PROPOSAL KEGIATAN**
KEPERAWATAN KOMUNITAS DAN KELUARGA
PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURABAYA
DI RW 03 KECAMATAN MULYOOREJO SURABAYA 

ABSENSI PENGABDIAN PADA MASYARAKAT
"SAHABAT KELUARGA (SAGA)"

Pelaksana : Kelompok 1C
Tempat : Wilayah RW 03 Kelurahan Mulyorejo Kecamatan Mulyorejo
Materi : Edukasi dan Pemantauan Tumbuh-Kembang Balita
Tanggal : 08 Juni 2023
Jam : 09.00 – 10.00 WIB

| No | NAMA | ALAMAT | TTD |
|----|--------------------|-----------------------|--|
| 1 | Sandra KUMALA SARI | Mulyorejo Barat II/6 | 1  |
| 2 | Mia. | Mulyorejo barat II/9 | 2  |
| 3 | SATIRAH | Mulyorejo barat II/10 | 3  |
| 4 | MUKRI | — — — | 4  |
| 5 | Okai | mulyorejo Barat II/6 | 5  |
| 6 | yuni | — — — | 6  |
| 7 | yuci | — — — | 7  |
| 8 | Indal | Mulyorejo barat | 8  |
| 9 | Aisyah | — — — | 9  |
| 10 | Amra | Mulyorejo barat 1/12 | 10  |
| 11 | | | 11 |
| 12 | | | 12 |
| 13 | | | 13 |
| 14 | | | 14 |
| 15 | | | 15 |



PROPOSAL KEGIATAN
KEPERAWATAN KOMUNITAS DAN KELUARGA
PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURABAYA
DI RW 03 KECAMATAN MULYOOREJO SURABAYA



ABSENSI PENGABDIAN PADA MASYARAKAT
"SAHABAT KELUARGA (SAGA)"

Pelaksana : Kelompok 1C
Tempat : Wilayah RW 03 Kelurahan Mulyorejo Kecamatan Mulyorejo
Materi : Edukasi dan Pemantauan Tumbuh-Kembang Balita
Tanggal : 08 Juni 2023
Jam : 09.00 – 10.00 WIB

| No | NAMA | ALAMAT | TTD |
|----|------------------|---------------------|-----|
| 1 | Rani | Mulyorejo Barat 1/3 | 1 |
| 2 | Narminiatun | | 2 |
| 3 | DIAN Rosmalasari | | 3 |
| 4 | Lilan | | 4 |
| 5 | Luluk | | 5 |
| 6 | Lutfiah | | 6 |
| 7 | Soro F04 | | 7 |
| 8 | Nanti F04 | | 8 |
| 9 | 741110 | | 9 |
| 10 | Hurrah | | 10 |
| 11 | | | 11 |
| 12 | | | 12 |
| 13 | | | 13 |
| 14 | | | 14 |
| 15 | | | 15 |



PROPOSAL KEGIATAN
KEPERAWATAN KOMUNITAS DAN KELUARGA
PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURABAYA
DI RW 03 KECAMATAN MULYOOREJO SURABAYA



ABSENSI PENGABDIAN PADA MASYARAKAT
"SAHABAT KELUARGA (SAGA)"

Pelaksana : Kelompok 1C
Tempat : Wilayah RW 03 Kelurahan Mulyorejo Kecamatan Mulyorejo
Materi : Edukasi dan Pemantauan Tumbuh-Kembang Balita
Tanggal : 08 Juni 2023
Jam : 09.00 – 10.00 WIB

| No | NAMA | ALAMAT | TTD |
|----|-------------------|-----------------------|-----|
| 1 | Sandra KUMAH SARI | Mulyorejo Barat II/6 | 1 |
| 2 | Mia. | Mulyorejo barat II/9 | 2 |
| 3 | SATIRAH | Mulyorejo barat II/10 | 3 |
| 4 | MU KRI | — | 4 |
| 5 | Oksi | mulyorejo Barat II/6 | 5 |
| 6 | Yuni | — | 6 |
| 7 | Yuli | — | 7 |
| 8 | Indal | Mulyorejo barat | 8 |
| 9 | Aisyah | — | 9 |
| 10 | Amah | Mulyorejo barat II/12 | 10 |
| 11 | | | 11 |
| 12 | | | 12 |
| 13 | | | 13 |
| 14 | | | 14 |
| 15 | | | 15 |



PROPOSAL KEGIATAN
KEPERAWATAN KOMUNITAS DAN KELUARGA
PROGRAM PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMADIYAH SURABAYA
DI RW 03 KECAMATAN MULYOOREJO SURABAYA



ABSENSI PENGABDIAN PADA MASYARAKAT
"SAHABAT KELUARGA (SAGA)"

Pelaksana : Kelompok 1C
Tempat : Wilayah RW 03 Kelurahan Mulyorejo Kecamatan Mulyorejo
Materi : Edukasi sistem pelayanan kesehatan primer dan
Pemantauan Tumbuh-Kembang Balita
Tanggal : 08 Juni 2023
Jam : 09.00 - 10.00 WIB

| No | NAMA | ALAMAT | TTD |
|----|--------------------|-----------------------|-----|
| 1 | Sandra Kurnia Sari | Mulyorejo Barat II/6 | 1 |
| 2 | Mia | Mulyorejo barat II/9 | 2 |
| 3 | SATIRAH | Mulyorejo barat II/10 | 3 |
| 4 | MUKRI | | 4 |
| 5 | Oksi | mulyorejo barat 6 | 5 |
| 6 | Yuni | - II - | 6 |
| 7 | Ayoli | - II - | 7 |
| 8 | Indah | mulyorejo barat | 8 |
| 9 | Aisyah | | 9 |
| 10 | Anita | mulyorejo barat II/12 | 10 |
| 11 | | | 11 |
| 12 | | | 12 |
| 13 | | | 13 |
| 14 | | | 14 |
| 15 | | | 15 |

2. Dokumentasi





3. Hasil KMS

| NO | NAMA | USIA | BB | TB | LILA | LK | KETERANGAN |
|-----|------------------|----------|---------|--------|-------|-------|--------------------|
| 1. | Alena | 30 Bulan | 17,2 kg | 98 cm | 17 cm | 49 cm | Obesitas |
| 2. | Ahmad Ajal | 24 Bulan | 13,8 kg | 97 cm | 16 cm | 49 cm | Normal |
| 3. | Alita | 4 Bulan | 7,5 kg | 60 cm | 13 cm | 40 cm | Normal |
| 4. | Raisyah | 32 Bulan | 11,3 kg | 83 cm | 15 cm | 49 cm | Normal |
| 5. | Najwah | 36 Bulan | 11,6 kg | 86 cm | 10 cm | 46 cm | Normal |
| 6. | Revario | 48 Bulan | 12,4 kg | 92 cm | 14 cm | 45 cm | Kurang gizi ringan |
| 7. | Muhammad Almeer | 50 Bulan | 12,6 kg | 100 cm | 19 cm | 47 cm | Kurang gizi ringan |
| 8. | Muhammad Rafael | 48 Bulan | 13,6 kg | 93 cm | 15 cm | 41 cm | Normal |
| 9. | Aisyah Dinar | 39 Bulan | 18,4 kg | 83 cm | 18 cm | 46 cm | Normal |
| 10. | Zanifah Shakina | 10 Bulan | 6,8 kg | 82 cm | 13 cm | 42 cm | Normal |
| 11. | Mioko | 26 Bulan | 8,4 kg | 78 cm | 14 cm | 41 cm | Kurang gizi ringan |
| 12. | Alfatih | 12 Bulan | 12,6 kg | 89 cm | 15 cm | 48 cm | Obesitas |
| 13. | Elbara | 36 Bulan | 15,5 kg | 118 cm | 16 cm | 48 cm | Normal |
| 14. | Mikaila | 28 Bulan | 10 kg | 76 cm | 14 cm | 44 cm | Normal |
| 15. | M. Kharan | 39 Bulan | 21 kg | 103 cm | 20 cm | 52 cm | Obesitas |
| 16. | Jihan Melina | 2 Minggu | 2,4 kg | 47 cm | 7 cm | 10 cm | Kurang gizi ringan |
| 17. | M. Alif Abdilah | 48 Bulan | 13,8 kg | 95 cm | 16 cm | 50 cm | Normal |
| 18. | Kanaya | 41 Bulan | 14,6 kg | 93 cm | 19 cm | 49 cm | Normal |
| 19. | Abdilah Fatil | 24 Bulan | 13 kg | 79 cm | 16 cm | 48 cm | Normal |
| 20. | Nandia | 4 Bulan | 7,5 kg | 60 cm | 13 cm | 40 cm | Normal |
| 21. | Riauzan | 32 Bulan | 11,3 kg | 83 cm | 15 cm | 49 cm | Normal |
| 22. | Abdi Jahirullah | 36 Bulan | 11,6 kg | 86 cm | 10 cm | 46 cm | Normal |
| 23. | Naila Azzarah | 50 Bulan | 12,6 kg | 100 cm | 19 cm | 47 cm | Kurang gizi ringan |
| 24. | Mikael Wahyu | 48 Bulan | 13,6 kg | 93 cm | 15 cm | 41 cm | Normal |
| 25. | Raisyatus Zahro | 37 Bulan | 18,4 kg | 83 cm | 18 cm | 46 cm | Normal |
| 26. | Zunita Aliatus M | 9 Bulan | 6,8 kg | 82 cm | 13 cm | 42 cm | Normal |
| 27. | Klara Ayu Diyah | 25 Bulan | 8,4 kg | 78 cm | 14 cm | 41 cm | Kurang gizi ringan |
| 28. | Haikal Muttakim | 11 Bulan | 12,6 kg | 89 cm | 15 cm | 48 cm | Obesitas |
| 29. | Raihan | 4 Bulan | 5,2 kg | 52 cm | 11 cm | 27 cm | Kurang gizi ringan |
| 30. | Abdilah | 48 Bulan | 13,8 kg | 95 cm | 16 cm | 50 cm | Normal |

4. Booklet



Gizi Seimbang

Susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh

Penyebab Gizi Kurang

- Jumlah makanan yang dimakan kurang
- Jenis bahan makanan tidak seimbang
- Makan tidak teratur
- Penyakit
- Anak banyak jajan di luar



TANDA & GEJALA GIZI KURANG

Mata pucat

Mudah lelah

Kurang bersemangat

Cengeng

Malas beraktifitas

Berat badan kurus.

Nafsu makan berkurang

AKIBAT GIZI KURANG

- Kurang darah
- Kecerdasan kurang
- Mudah terserang penyakit
- Gangguan pertumbuhan & perkembangan

SUMBER GIZI BALITA

- Karbohidrat Berasal dari nasi, roti, sereal, kentang, dan jagung.
- Vitamin Buah dan Sayur
- Protein Berasal dari ikan, susu, telur, daging, dan kacang-kacangan.



Menu Gizi SEIMBANG



MENU MAKANAN BERGIZI SEIMBANG
Balita Usia 12-24 bulan

| SENIN | SELASA | RABU | KAMIS |
|---|--|--|--|
| ASI Nasi lembek Sup sawi Telor Apel | ASI Nasi lembek Sup brokoli Bregedel tahu | ASI Nasi lembek Sup ikan laut Jeruk | ASI Nasi lembek Bobor bayam Bandeng halus |
| JUMAT | SABTU | MINGGU | KETERANGAN |
| ASI Nasi lembek Sup ayam Pisang | ASI Nasi lembek Bobor Bayam | ASI Nasi lembek Bregedel kentang Pepaya | Makanan 3x sehari |

MENU MAKANAN BERGIZI SEIMBANG
Balita Usia 2 tahun lebih

| SENIN | SELASA | RABU | KAMIS |
|---|--|---|---|
| Nasi Sup brokoli Ayam goreng Melon | Nasi Sup jamur Telor goreng Semangka | Nasi Bening bayam Sepotong tahu tempe Pisang | Nasi Tumis kangkung Bregedel ikan laur Jus Melon |
| JUMAT | SABTU | MINGGU | KETERANGAN |
| Nasi Oseng telur dan ayam Pepaya | Nasi Sayur Asem Bregedel kentang Jus Sirsak | Nasi Semur daging Jus apokat | Makanan 3x sehari dengan kebutuhan kalori kurang lebih 100 kkal/kg BB |

Menu Gizi SEIMBANG

MENU MAKANAN BERGIZI SEIMBANG
Balita Usia 0 - 6 bulan

| SENIN | SELASA | RABU | KAMIS |
|---------------|--------|---------------|-------------------|
| ASI Pisang | ASI | ASI Pisang | ASI |
| JUMAT | SABTU | MINGGU | KETERANGAN |
| ASI Pisang | ASI | ASI Pisang | Minimal 8x sehari |

MENU MAKANAN BERGIZI SEIMBANG
Balita Usia 6 - 9 bulan

| SENIN | SELASA | RABU | KAMIS |
|-----------------------------|---|---|---|
| ASI Nasi tim Sup ayam | ASI Nasi tim Telor rebus Pisang | ASI Nasi tim Sup tahu | ASI Nasi tim Ikan laut dihaluskan Pisang |
| JUMAT | SABTU | MINGGU | KETERANGAN |
| ASI Bubur ayam Pepaya | ASI Nasi tim Bening bayam Ikan laut dihaluskan | ASI Nasi tim keju Bening bayam Tempe Pisang | Makanan 2 sampai 3 kali sehari |



Penyakit Yang Berisiko Pada Anak Malnutrisi

Skorbut

Penyakit malnutrisi akibat tubuh kekurangan vitamin C. Gejala penyakit skorbut antara lain nyeri otot dan sendi, kelelahan, munculnya titik-titik merah di kulit, perdarahan dan pembengkakan pada gusi maupun gusi bengkak dan sakit, hilangnya nafsu makan, berat badan turun, diare, mual, dan demam

Anemia

Kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah atau hemoglobin. Penyakit ini bisa terjadi akibat kekurangan zat besi. Kulit pucat, tubuh lemah dan lesu, merasa sangat letih, kesemutan di kaki, kurangnya nafsu makan, detak jantung cepat, kuku rapuh, nyeri dan radang lidah, tangan dan kaki dingin

Penyakit Yang Berisiko Pada Anak Malnutrisi

Kwashiorkor

Kondisi malnutrisi akibat kekurangan asupan protein. Padahal, protein sangat dibutuhkan untuk memperbaiki dan memperbarui sel serta jaringan tubuh, mendukung proses pemulihan tubuh ketika terjadi luka atau penyakit, dan mendukung tumbuh kembang janin, bayi, dan anak-anak.

Marasmus

Disebabkan oleh kekurangan asupan kalori berkepanjangan, baik dari protein maupun karbohidrat. Ciri-ciri orang terkena marasmus adalah tubuh kurus kering dan tulang yang menonjol, terutama tulang iga dan bahu. Selain itu, kulit lengan, paha, dan bokong penderita akan tampak kendur, serta wajahnya terlihat seperti orang tua.

Beri-beri

Terjadi karena tubuh kekurangan vitamin B1 (thiamine). Gejala beri-beri basah antara lain sering terbangun di malam hari dengan sesak napas, denyut jantung meningkat, sesak napas saat beraktivitas, dan kaki bagian bawah bengkak.

DAFTAR PUSTAKA

- Markum A.H., Buku Ajar Ilmu Kesehatan Anak, Jilid 1, Bagian Ilmu Kesehatan Anak Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta, 1991
- Soetjiningsih, Tumbuh Kembang Anak, Cetakan I, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta, 1995
- Whaley & Wong, Nursing Care of Infant's and Children, Fifth Edition, Mosby Company, Missouri, 1995
- Martono, Lydia Herlina, Mengasuh dan Membimbing Anak Dalam Keluarga, Edisi I, PT Pustaka Antara, Jakarta, 1996