

EDUKASI KESEHATAN TENTANG GIZI PADA BALITA DENGAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN DI POSYANDU PLAMBOYAN UJUNG LABUHAN

Mastiur Julianti Butar-Butar^{1*}, Indah Yani Br. Tambunan², Esther Siringo-Ringo³, Putri Diah Pemuliana⁴

¹ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Senior Medan

^{2,3,4} Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Senior Medan

e-mail: mjb_butars@gmail.com

Abstrak

Kegiatan edukasi kesehatan tentang gizi pada balita dengan pemberian makanan tambahan di Posyandu Plamboyan Ujung Labuhan bertujuan untuk pencapaian program dalam pencegahan stunting di Indonesia, khususnya di Desa Ujung Labuhan. Pemberian manfaat makanan tambahan ini sering dihambat oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi apa yang diperlukan oleh balita, sehingga ibu-ibu sering hanya fokus memberi makanan tanpa memenuhi kebutuhan gizinya. Pemberian makanan tambahan pada balita dapat mencegah terjadinya stunting pada balita, namun hal tersebut harus tepat, makanan yang diberikan pada bayi harus sesuai dengan kebutuhan dari balita seperti kebutuhan kalori, protein, lemak, dan vitamin. Keberhasilan program pencegahan stunting sangat tergantung pada partisipasi masyarakat yang berdasar pada analisis perubahan perilaku yang berupa penilaian pengetahuan dan sikap atau praktek yang ada di masyarakat. Peserta yang hadir dalam kegiatan terdiri dari ibu yang memiliki balita sebanyak 42 orang. Terdapat 3 orang balita yang BB, TB dan LK yang tidak sesuai dengan usianya. Diharapkan bertambahnya wawasan pengetahuan dapat mengubah sikap ibu tentang makanan bergizi serta rutin mengkonsumsi makanan tambahan yang di beri oleh petugas kesehatan.

Kata kunci: Gizi, Balita, Makanan Tambahan

Abstract

Health education activities on nutrition for toddlers by providing additional food at Posyandu Plamboyan Ujung Labuhan aim to achieve programs in preventing stunting in Indonesia, especially in Ujung Labuhan Village. Providing the benefits of additional food is often hampered by the lack of knowledge of mothers about what nutrition is needed by toddlers, so mothers often only focus on providing food without meeting their nutritional needs. Providing additional food to toddlers can prevent stunting in toddlers, but it must be right, the food given to babies must be in accordance with the needs of toddlers such as calorie, protein, fat, and vitamin needs. The success of the stunting prevention program is highly dependent on community participation based on an analysis of behavioral changes in the form of an assessment of knowledge and attitudes or practices in the community. Participants who attended the activity consisted of mothers who had toddlers as many as 42 people. There were 3 toddlers whose BB, TB and LK were not in accordance with their age. It is hoped that increasing knowledge and insight can change mothers' attitudes about nutritious food and routinely consume additional food given by health workers.

Keywords: Nutrition, Toddlers, Supplementary Food

PENDAHULUAN

Kesehatan balita memerlukan perhatian khusus terhadap status gizi sehat sejak lahir dan masa kehamilan. Jika balita sejak lahir dibesarkan dengan pola makan bergizi seimbang, maka kualitas sumber daya manusia yang dihasilkan adalah balita yang sehat. Balita adalah kelompok anak-anak yang lebih rentan mengalami masalah gizi dikemudian hari. Seiring bertambahnya usia, anak akan mengalami pertumbuhan dan perkembangan (Utaminingsih, 2024).

Masalah gizi di Indonesia menjadi masalah kesehatan masyarakat, presentase gizi buruk dan gizi kurang pada balita telah mencapai 17,7%, stunting kategori sangat pendek dan pendek mencapai 30,8% sedangkan kurus dan sangat kurus mencapai 10,2%. Kekurangan gizi dapat menyebabkan kematian pada anak. Gizi pada anak dapat berasal dari ASI Eksklusif dan makan tambahan pendamping ASI. Pemberian makanan tambahan yang berfokus baik pada gizi makro dan mikro bagi balita dan ibu

hamil dapat mencegah terjadinya Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan Balita Stunting (Jayadi et al, 2021).

Upaya perbaikan gizi masyarakat merupakan tanggungjawab pemerintah sebagai tindak lanjut dari Undang-undang Kesehatan No. 36 Tahun 2009. Pemerintah telah menetapkan upaya kesehatan prioritas dalam pelayanan gizi, yaitu melalui upaya penurunan prevalensi gizi kurang dan gizi buruk. Salah satunya melalui program Pemberian Makanan Tambahan terutama kepada balita dari keluarga miskin yang mengalami kekurangan gizi. Program Pemberian Makanan Tambahan dimaksudkan untuk memenuhi kecukupan gizi balita dengan memberikan makanan tambahan untuk balita, (Barus, 2021). Pemberian makanan tambahan dapat berupa pangan lokal yang mengandung vitamin, mineral, asam amino, protein, serat, lemak dan lainnya yang dibutuhkan pada masa tumbuh dan kembang anak (Kemenkes, 2020).

WHO (2013) menyebutkan bahwa jumlah balita penderita gizi kurang di dunia mencapai 104 juta anak. Di Indonesia, berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) prevalensi target capaian gizi kurang cenderung menunjukkan peningkatan dari 17,9% (2010), 19,6% (2013) dan 21% (2016). Pada tahun 2019 di Sumatera Utara ditemukan juga permasalahan terkait gizi balita yaitu gizi buruk sebesar 0,13%, gizi kurang sebesar 1,98%, balita pendek sebesar 2,61% dan balita kurus sebesar 2,13%. Dengan angka prevalensi dibawah 2%, prevalensi gizi kurang dan gizi buruk di Sumatera Utara masih termasuk dalam kategori rendah berdasarkan (standar WHO; 5-9% rendah, 10-19% medium, 20-39% tinggi, >40% sangat tinggi) (Sinaga et al, 2023).

Penyuluhan dan edukasi Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) di posyandu daerah-daerah diselenggarakan sebagai intervensi gizi yang difokuskan pada masalah gizi buruk dan gizi kurang terutama pada balita yang berasal dari keluarga miskin. Program tersebut dimaksudkan untuk meningkatkan kecukupan gizi balita dengan pemberian makanan tambahan dan bukan untuk mengganti makanan utama sehari-hari. Pemberian PMT menunjukkan manfaat berupa peningkatan berat badan balita sesudah pemberian makanan tambahan pada balita kurang gizi. Penyelenggaraan program peningkatan gizi dengan pemberian makanan tambahan pemulihan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan berat badan (BB/U) pada balita gizi kurang Putri & Bambang, 2021) sehingga perlu dilakukan pengabdian kepada masyarakat tentang edukasi kesehatan tentang gizi dengan pemberian makanan tambahan di Posyandu Plamboyan Ujung Labuhan.

METODE

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan metode penyuluhan. Kegiatan mengikutsertakan para Dosen dan mahasiswa/I Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan di Posyandu Plamboyan Ujung Labuhan. Tahapan kegiatan mencakup pembukaan yang diawali ceramah, tanya jawab, dan pemeriksaan status gizi balita berdasarkan pengukuran antropometri dengan indeks BB/TB termasuk dalam kategori kurus dan sangat kurus selanjutnya pemberian paket makanan tambahan berupa susu, telur, biskuit dan sari kacang hijau untuk mencegah terjadinya kekurangan gizi pada balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan dihadiri oleh 42 balita dengan pendampingnya. Usia balita antara 12-50 bulan yang berjenis kelamin terdiri dari 21 perempuan dan 21 laki-laki. Tiga diantaranya memiliki BB, TB dan LK dengan status gizi kurang.

Tahapan kegiatan yang kami lakukan adalah:

- 1) Pembukaan Kegiatan Pengabdian oleh Kepala Desa Ujung Labuhan
- 2) Ceramah, yang terdiri dari:
 - a) Penyampaian Materi Gizi pada Balita
 - b) Dampak kekurangan Gizi pada Balita
 - c) Sumber-sumber makanan yang mengandung gizi sesuai kebutuhan balita selama masa tumbuh kembang
 - d) Pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak melalui posyandu
- 3) Pengukuran antropometri dengan indeks BB/TB Balita
- 4) Pemberian paket makanan Upaya program pemberian makanan tambahan



Gambar 1. Dokumentasi

Menurut PMK No. 2 Tahun 2020, menjelaskan bahwa standar Antropometri Anak didasarkan pada parameter berat badan dan panjang/tinggi badan yang terdiri atas 4 (empat) indeks, meliputi:

- 1) Indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) Indeks BB/U ini menggambarkan berat badan relatif dibandingkan dengan umur anak. Indeks ini digunakan untuk menilai anak dengan berat badan kurang (*underweight*) atau sangat kurang (*severely underweight*), tetapi tidak dapat digunakan untuk mengklasifikasikan anak gemuk atau sangat gemuk. Penting diketahui bahwa seorang anak dengan BB/U rendah, kemungkinan mengalami masalah pertumbuhan, sehingga perlu dikonfirmasi dengan indeks BB/PB atau BB/TB atau IMT/U sebelum diintervensi.
- 2) Indeks Panjang Badan menurut Umur atau Tinggi Badan menurut Umur (PB/U atau TB/U) Indeks PB/U atau TB/U menggambarkan pertumbuhan panjang atau tinggi badan anak berdasarkan umurnya. Indeks ini dapat mengidentifikasi anak-anak yang pendek (*stunted*) atau sangat - 13 - pendek (*severely stunted*), yang disebabkan oleh gizi kurang dalam waktu lama atau sering sakit. Anak-anak yang tergolong tinggi menurut umurnya juga dapat diidentifikasi. Anak-anak dengan tinggi badan di atas normal (*tinggi sekali*) biasanya disebabkan oleh gangguan endokrin, namun hal ini jarang terjadi di Indonesia.
- 3) Indeks Berat Badan menurut Panjang Badan/Tinggi Badan (BB/PB atau BB/TB) Indeks BB/PB atau BB/TB ini menggambarkan apakah berat badan anak sesuai terhadap pertumbuhan panjang/tinggi badannya. Indeks ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi anak gizi kurang (*wasted*), gizi buruk (*severely wasted*) serta anak yang memiliki risiko gizi lebih (*possible risk of overweight*). Kondisi gizi buruk biasanya disebabkan oleh penyakit dan kekurangan asupan gizi yang baru saja terjadi (*akut*) maupun yang telah lama terjadi (*kronis*).
- 4) Indeks Masa Tubuh menurut Umur (IMT/U) Indeks IMT/U digunakan untuk menentukan kategori gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, berisiko gizi lebih, gizi lebih dan obesitas. Grafik IMT/U dan grafik BB/PB atau BB/TB cenderung menunjukkan hasil yang sama. Namun indeks IMT/U lebih sensitif untuk penapisan anak gizi lebih dan obesitas. Anak dengan ambang batas IMT/U $>+1SD$ berisiko gizi lebih sehingga perlu ditangani lebih lanjut untuk mencegah terjadinya gizi lebih dan obesitas.

Penentuan status gizi anak merujuk pada tabel Standar Antropometri Anak dan grafik pertumbuhan anak. Untuk menentukan status gizi anak, baik menggunakan tabel maupun grafik perlu memperhatikan keempat indeks standar antropometri secara bersamaan sehingga dapat menentukan masalah pertumbuhan, untuk dilakukan tindakan pencegahan dan tata laksana lebih lanjut.

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan di Posyandu Plambotan Ujung Labuhan tentang gizi dan pemberian makanan tambahan kepada balita bertujuan untuk mencegah terjadinya peningkatan angka gizi balita kurang dan gizi buruk yang dapat mengganggu masa pertumbuhan dan perkembangan balita. Kegiatan ini memberikan kesadaran khususnya kepada Ibu-ibu untuk tetap terus memantau perkembangan dan pertumbuhan balita di posyandu plambotan.

SARAN

Perlu dilakukan secara rutin kegiatan sosialisasi dan penyuluhan pemberian makanan tambahan yang ada di posyandu lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Barus, L. (2021). Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Status Gizi Bayi 6-12 Bulan di Puskesmas Onan Hasang Tahun 2019. *Journal of Midwifery Senior*, 4(1), 69-73.
- Jayadi, Y. I., & Rakhman, A. (2021). Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan (MT) Anak Balita Pada Masa Pandemi Covid 19. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 15(2), 105-117.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pencegahan dan Tatalaksana Gizi Buruk Pada Balita.
- Sinaga, S. P., Barus, L., & Fadila, F. (2023). Pengetahuan dan sikap ibu dengan kejadian stunting pada balita. *Haga Journal of Public Health (HJPH)*, 1(1), 8-13.
- Utaminingsih, T. (2024). PENGARUH DUKUNGAN KELUARGA TENTANG MPASI DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS GUNTUR I (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang).
- PMK, RI. (2020). Standar Antropometri Anak.
- Putri, E. M. S., & Rahardjo, B. B. (2021). Program pemberian makanan tambahan pemulihan pada balita gizi kurang. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 1(3), 337-345.