

Education on providing additional food for toddlers



Hasrida^a  | Jasmawati^a 

^aDepartment of midwifery, High School Of Health Science Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Abstract: Toddlers are children who are vulnerable to infection, because their immune system is not yet optimal and strong. Toddlers' immune systems must be well maintained to support their growth and development processes. The role of parents is very important in providing balanced nutrition, such as providing additional food (PMT) for children as a way to improve their immune system. Providing supplementary food (PMT) to children under five is carried out as a supplementation strategy in overcoming nutritional problems so that malnutrition cases can be reduced. Nutritional problems in children under five can affect children's cognitive abilities and intelligence, and also cause low child productivity. Supplementary feeding (PMT) is an intervention program for toddlers suffering from malnutrition which aims to improve the nutritional status of children and to overcome nutritional deficiencies that occur in the toddler age group.

Keywords: Education, Supplemental Food, Toddlers

1. Introduction

Masa balita merupakan anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau anak usia dibawah 5 tahun. Kesehatan bayi dan balita sangat penting diperhatikan pada masa ini karena pertumbuhan dan perkembangan sangat signifikan. Balita merupakan kelompok yang sangat rentan kurang gizi di masyarakat. Malnutrisi umumnya mengacu pada kondisi kurang gizi dan gizi buruk. Kondisi tersebut adalah salah satu penyebab mortalitas dan morbiditas terbanyak pada balita dinegara berkembang sebanyak 54% atau 10,9 juta anak meninggal karena malnutrisi, malnutrisi pada balita berdampak pada penurunan sistem kekebalan tubuh sehingga mudah terserang penyakit infeksi. (Akbar et al., 2021)

Anak balita rentan terkena infeksi karena sistem kekebalan tubuhnya belum sekuat orang dewasa dan masih dalam masa perkembangan. Sistem kekebalan tubuh balita sangat penting untuk menjaga kesehatannya dan mendukung tumbuh kembangnya. Orang tua dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh anak dengan beberapa cara, seperti memastikan waktu tidur anak cukup, menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar, mengajarkannya berolahraga, memberikan asupan nutrisi seimbang, dan memastikan anak mendapatkan imunisasi yang direkomendasikan. Beberapa makanan yang dapat memperkuat sistem kekebalan tubuh balita antara lain ASI, makanan kaya zat besi, zinc, vitamin E, omega-3, buah-buahan, sayuran, kacang-kacangan, dan yoghurt yang banyak mengandung probiotik. (Noordiati, 2018)

Adapun masalah gizi Balita di Indonesia masih cukup tinggi. Gizi balita di Indonesia adalah masalah yang serius dan memerlukan perhatian khusus. Berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, ada empat masalah gizi balita di Indonesia, yaitu stunting 21,6%, wasting 7,7%, dan underweight 17,1% (Mutia Annur, 2023). Prevalensi balita stunting di Sulawesi Selatan mencapai 27,2% pada 2022 menurut Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan. Selain itu, sekitar 41.000 balita di Sulawesi Selatan mengalami gizi kurang dan gizi buruk (RISKESDAS, 2018). Untuk mengatasi masalah gizi balita di Indonesia salah satu upaya yang dilakukan oleh Pemerintah adalah melakukan pemberian makanan tambahan untuk mengatasi masalah gizi di Indonesia.

Makanan tambahan yang sehat dan bergizi untuk anak balita, atau yang sering disebut Pemberian Makanan Tambahan (PMT), merupakan suplementasi gizi yang diberikan kepada balita untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Program ini merupakan salah satu strategi penanganan masalah gizi pada balita dan upaya pencegahan. PMT berbahan pangan lokal tidak hanya memberikan makanan tambahan, tetapi juga disertai dengan penyuluhan, konseling gizi, dan kesehatan agar dapat mempercepat proses perubahan perilaku ibu dan keluarga dalam penyiapan makanan, pemilihan bahan makanan, dan keamanan pangan. (Baskoro, 2023)(Pencegahan Infeksi Pada Anak, n.d.)

Makanan anak balita harus mengandung nutrisi yang seimbang dan sesuai dengan kebutuhan gizi anak. Makanan yang baik harus mengandung cukup kalori dan mudah dicerna sehingga dapat dimanfaatkan sebagai sumber energi untuk proses tumbuh kembang dan aktivitas fisik. (Media Harumi et al., 2023)



Dalam hal ini (Masri et al., 2021) telah melaksanakan penelitian dan didapati bahwa balita yang diberikan makan tambahan dan konseling Gizi selama 3 bulan mengalami kenaikan berat badan dengan rata-rata berat badan sebelum PMT 6,9 kg dan setelah 3 bulan rata berat badan 8,3 kg, ini mendakan bahwa ada pengaruh setelah diberikan konseling gizi dan makanan yang sehat pada balita. Oleh karena hal tersebut kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan judul edukasi pemerian makanan tambahan anak balita pada orang tua yang memiliki anak diposyandu flamboyan 6 wilayah Kerja Puskesmas Kapasa untuk mencegah adanya adanya balita yang mengalami gizi buruk.

pertama yakni persiapan, dalam hal ini mempersiapkan hal-hal yang diperlukan saat kegiatan pengabdian masyarakat seperti leaflet, melakukan survey data yang memiliki anak balita bersama kader posyandu serta menyampaikan tujuan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dan agar ibu balita antusias untuk mengahdri pertemuan tersebut.

Tahap kedua melaksanakan penyuluhan tentang pemberian makanan tambahan untuk balita di posyandu flamboyan 6 wilayah kerja Puskesmas Kapasa sesuai dengan waktu dan tempat yang telah direncanakan dengan jumlah 15 orang serta membagikan makanan tambahan pada balita berupa bubur kacang hijau.

Pada tahap ketiga tahap evaluasi dimana memberikan beberapa pertanyaan kepada ibu balita tentang kebutuhan makanan tambahan pada balita serta mempersilahkan bagi ibu memiliki pertanyaan. Dengan ini diharapkan materi yang derikan memberi pengetahuan pada orangtua.

2. Materials and Methods

Lokasi dan Waktu Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di posyandu flamboyan 6 wilayah kerja Puskesmas Kapasa Makassar pada bulan Mei 2024. Sasaran utama dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki anak balita sebanyak 15 orang, karena ibu adalah orang yang paling berperan penting terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita terutama dalam memeberikan kebutuhan makanannya

Alat Pengabdian Masyarakat

Pengabdian masyarakat ini menyiapkan alat seperti bubur kacang hijau, leaflet penyuluhan tentang makanan tambahan bagi balita disampaikan dengan menggunakan buku yang disusun sehingga dengan mudah dipahami oleh ibu, supaya dapat dipraktekkan dengan benar dalam perilaku sehari-hari.

Teknik Pengumpulan Data

Ada beberapa tahapan pada pengabdian masyarakat ini. Tahapan pertama yakni persiapan, dalam hal ini mempersiapkan hal-hal yang diperlukan saat kegiatan pengabdian masyarakat seperti leaflet, melakukan survey data yang memiliki anak balita bersama kader posyandu serta menyampaikan tujuan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dan agar ibu balita antusias untuk mengahdri pertemuan tersebut.

Tahap kedua melaksanakan penyuluhan tentang pemberian makanan tambahan untuk balita di posyandu flamboyan 6 wilayah kerja Puskesmas Kapasa sesuai dengan waktu dan tempat yang telah direncanakan dengan jumlah 15 orang serta membagikan makanan tambahan pada balita berupa bubur kacang hijau.

Pada tahap ketiga tahap evaluasi dimana memberikan beberapa pertanyaan kepada ibu balita tentang kebutuhan makanan tambahan pada balita serta mempersilahkan bagi ibu memiliki pertanyaan. Dengan ini diharapkan materi yang derikan memberi pengetahuan pada orangtua.

3. Results

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian masyarakat terkait edukasi pemberian makanan tambahan pada balita, peserta penyuluhan dapat menambah pengetahuan serta memahami materi penyuluhan yang telah diberikan di posyandu flamboyan 6 wilayah kerja Puskesmas Kapasa.

4. Discussion

Dengan adanya edukasi seperti ini akan menjadi upaya untuk pemenuhan kebutuhan gizi anak dimana orang tua dapat mengetahui dan memperhatikan asupan gizi pada anak balita, Dengan memberikan beberapa variasi makanan anak setiap harinya agar balita tersebut tidak bosan dengan makanan yang sama, balita akan menjadi rajin makan dan diharapkan nutrisinya dapat terpenuhi dngan adanya makanan tambahan.

Penyebab masalah gizi balita antara lain, Kurangnya intake nutrisi yang seimbang pada balita, Kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang, Kurangnya kasih sayang orang tua di tahun-tahun pertama, yang berdampak negatif pada tumbuh kembang anak mental dan sosial emosi. (Fentia, 2020)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh mendapati (Muliani, Sriama Safinatunnaja, Bq Mardianti, 2021) bahwa Terdapat hubungan yang signifikan antara waktu pemberi makanan tambahan dengan status gizi balita. Dalam hal ini Status gizi balita dipengaruhi oleh pemberian makanan yang seimbang, pemberian ASI Eksklusif dan pemberian makan tambahan yang tepat. Pemberian makanan tambahan yang tidak tepat akan menyebabkan anak mudah terkena penyakit infeksi sehingga pemenuhan nutrisi tidak memadai.



Figure 1. Brosur/Leaflet



Figure 2. Dokumentasi

Adanya edukasi pemberian makan tambahan dapat mendukung program pemerintah untuk mencegah anak kurang gizi. PMT terdiri dari dua jenis, yaitu PMT Penyuluhan dan PMT Pemulihan. PMT Penyuluhan diberikan untuk mencegah terjadinya masalah gizi, sementara PMT Pemulihan diberikan untuk mengatasi terjadinya masalah gizi, dan diberikan selama 90 hari makan.

Beberapa contoh makanan tambahan yang cocok untuk balita antara lain buah potong, pisang goreng, roti tawar dengan keju dan daging giling, sereal dicampur susu UHT, biskuit rendah gula, keju, kacang hijau, gula jawa, jeruk, susu bubuk, abon sapi, dan teri.

5. Conclusions

Kesimpulan pada pengabdian masyarakat ini adalah dengan adanya edukasi penyuluhan tentang pemberian makanan tambahan dapat meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki anak dan ini upaya agar anak anak menjadi sehat sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangannya

Conflict of Interest

No conflicts of interest



Acknowledgment

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada masyarakat kapasa kota makassar, kepala bidan posyandu flamboyan dan kepala puskesmas kapasa serta pihak kampus yang telah mendukung kegiatan pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan pada bulan Agustus 2024.

References

- Akbar, F., Binti Ambo Hamsa, I., Darmiati, Hermawan, A., & Muspiati Muhajir, A. (2021). strategi menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita. Deepublish.
- Baskoro, A. (2023). Pemberian Makanan Tambahan pada Balita. <https://ayosehat.kemkes.go.id/pemberian-makanan-tambahan-pada-balita>
- Fentia, L. (2020). Faktor resiko gizi kurang pada anak usia 1-5 tahun dari keluarga miskin. NEM.
- Masri, E., Sari, W. K., & Yensasnidar, Y. (2021). Efektifitas Pemberian Makanan Tambahan dan Konseling Gizi dalam Perbaikan Status Gizi Balita. JURNAL KESEHATAN PERINTIS (Perintis's Health Journal), 7(2), 28–35. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i2.516>
- Media Harumi, A., Eka Kusuma Wardani, N., & Mar'atus Sholikhah, S. (2023). analisis program PMT (pemberian makanan tambahan) dan PIS-PK (program indonesia sehat dengan pendekatan keluarga terhadap upaya penurunan stunting). NEM.
- Muliani, Sriama Safinatunnaja, Bq Mardianti, N. L. (2021). Hubungan Waktu Pemberian Makanan Tambahan Dengan Status Gizi Balita. JMSWH Journal of Midwifery Science and Women's Health, 2(1), 26–30. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v2i1.360>
- Mutia Annur, C. (2023). Selain Stunting, Ini Deretan Masalah Gizi yang Kerap Dialami Balita di Indonesia. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/02/03/selain-stunting-ini-deretan-masalah-gizi-yang-kerap-dialami-balita-di-indonesia>
- Noordiati. (2018). Asuhan kebidanan neonatus, bayi, balita dan anak prasekolah. Wineka Media.
- Pencegahan Infeksi pada Anak. (n.d.). Retrieved January 24, 2024, from <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik/pencegahan-infeksi-pada-anak>
- RISKESDAS. (2018). Prevalensi Gizi kurang dan gizi buruk.

