



ARTIKEL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

URL Artikel: <https://ejournal.poltekkesjayapura.org/index.php/asmat>

EDUKASI GIZI TENTANG PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) UNTUK BALITA STATUS GIZI KURANG DI POSYANDU KELAPA GENJAH

Eliza Eliza^{1*}, Podojoyo Podojoyo², Sriwijayanti Sriwijayanti³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Palembang

Email Penulis Korespondensi (*): eliza_limar@yahoo.co.id

Diterima: 29-6-2023

Genesis Naskah
Disetujui: 4-6-2024

Dipublikasikan: 30-6-2024

ABSTRAK

Latar belakang. Usia balita memerlukan perhatian khusus karena merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat serta merupakan kelompok yang rentan terhadap kekurangan gizi. Untuk mengatasi kekurangan gizi pada balita, penting untuk memberikan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Salah satu contoh bahan pangan lokal yang kaya gizi dan dapat digunakan sebagai bahan makanan tambahan yang terjangkau bagi masyarakat adalah labu kuning. **Tujuan.** Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu balita melalui edukasi gizi dengan metode penyuluhan tentang Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berbasis pangan lokal di Posyandu Kelapa Genjah wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang. **Metode.** Metode pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi dengan penyuluhan dan tanya jawab kepada ibu balita, demo masak pembuatan PMT dan pengukuran status gizi balita. Instrumen pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan menggunakan infantometer. **Hasil.** Terjadi peningkatan pengetahuan gizi ibu balita dan kader sebesar 20,4 point dan terjadi kenaikan berat badan pada balita sekitar 0,25 kg sampai 0,75 kg. **Kesimpulan.** Dengan edukasi gizi melalui penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang pengaturan menu gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan untuk balita serta setelah diberi PMT berupa bolu gulung labu kuning terjadi peningkatan berat badan balita.

Kata Kunci : balita, edukasi, pemberian makanan tambahan, bolu gulung, status gizi

ABSTRACT

Background. the toddler age requires special attention because it is a period of very rapid growth and development and is a group that is vulnerable to malnutrition. To overcome malnutrition in toddlers, it is important to provide additional feeding (PMT). One example of a local

Eliza, Podojoyo, Sriwijayanti Vol 3(2), Juni 2024, (hal 95 - 104)

food ingredient that is rich in nutrition and can be used as an affordable additional food ingredient for the community is pumpkin. **Objective.** Improving the knowledge and skills of mothers under five through nutrition education about local food-based supplementary feeding at the Kelapa Genjah Posyandu in the working area of the Alang-Alang Lebar Health Center in Palembang. **Method.** the method of community service was by providing counseling, cooking demonstrations and measuring the nutritional status of toddlers. **Results.** There was an increase in the nutritional knowledge of toddler mothers and cadres by 20.4 points and there was an increase in body weight in toddlers ranging from 0.25 kg to 0.75 kg. **Conclusion.** Nutrition education through counseling can increase mothers' knowledge about setting a balanced nutritional menu and providing additional food for toddlers and after being given PMT in the form of pumpkin rolls, there is an increase in toddler's weight.

Keywords : toddlers, education, provision of additional food, roll cakes, nutritional status

PENDAHULUAN

Anak balita merujuk kepada anak dengan rentang usia 0 hingga 59 bulan, yang juga dikenal sebagai masa prasekolah. Masa ini sangat penting untuk diberi perhatian karena menggambarkan periode pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, serta adalah kelompok yang rentan terhadap gizi kurang (Ditjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, 2011).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa masalah gizi kurang pada anak balita di Indonesia sebesar 13,8%, di Sumatera Selatan sebesar 12,31 %, dan di Kota Palembang sebesar 12,36%. (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan profil Puskesmas Alang-Alang Lebar tahun 2019, jumlah balita yang mengalami status gizi buruk sebanyak 40 orang (1,21%) dan status gizi kurang sebanyak 261 orang (7,87%) (Profil Puskesmas Alang-Alang Lebar, 2019).

Masalah gizi kurang ialah salah satu permasalahan di Indonesia. Efek dari gizi kurang pada anak balita meliputi mutu sumber daya manusia, yang apabila tidak segera ditangani dapat menyebabkan keturunan yang hilang. Gizi yang kurang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan, serta menaikkan angka kesakitan dan kematian, terlebih pada kelompok usia yang rentan terhadap kekurangan gizi seperti anak balita (Rahman et al., 2016).

Ada beberapa langkah sudah dikenal luas dalam mengendalikan faktor-faktor risiko agar anak balita tidak mengalami gizi kurang, seperti pemberian ASI eksklusif, pemberian makanan pendamping (MP-ASI) yang kaya zat gizi, pengaturan pola makan yang sehat, pola asuh yang baik, serta menjaga kebersihan anak.

Untuk mengatasi kekurangan gizi pada balita, penting untuk memberikan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Sejak tahun 2011, Kementerian Kesehatan RI telah meluncurkan program PMT untuk balita, yang mencakup pemberian makanan pabrikan maupun PMT berbasis pangan lokal. Eliza, Podojoyo, Sriwijayanti Vol 3(2), Juni 2024, (hal 95 - 104)

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa intervensi seperti PMT berbasis makanan lokal dapat meningkatkan status gizi balita yang mengalami kekurangan gizi. Sebagai contoh, penelitian oleh Ibrahim et al. (2018) menunjukkan bahwa memberikan biskuit ubi jalar ungu dan biskuit tepung terigu dapat meningkatkan berat badan balita yang mengalami gizi kurang (Ibrahim, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Susilowati dan Himawati (2017) tentang hubungan tingkat pengetahuan ibu tentang gizi balita dengan status gizi balita menyebutkan bahwa sebesar 45% ibu balita mempunyai pengetahuan yang kurang.

Salah satu sumber makanan lokal yang kaya gizi dan dapat digunakan menjadi bahan tambahan makanan yang mudah diakses oleh masyarakat adalah labu kuning. Labu kuning (*Cucurbita moschata*) adalah tanaman semusim yang tumbuh merambat dan banyak ditemukan di Indonesia, terutama di daerah dataran tinggi. Labu kuning memiliki kekhasan karena memiliki rasa yang manis, aroma, serta warna yang menarik. Secara tradisional, labu kuning sering kali diolah menjadi kolak atau sebagai sayuran (Gardjito, 2006).

Kandungan gizi pada labu kuning lumayan lengkap karbohidrat, protein, pro vitamin A, vitamin B1 dan vitamin C. Setiap 100 g labu kuning mengandung energi 32 kkal, protein 1,1 g, karbohidrat 6,6 g, vitamin B1 0,08 mg, vitamin C 5,2 mg dan 1569 µg β-karoten yang merupakan provitamin A pada pangan (Prabasini, dkk, 2013).

Salah satu makanan yang bisa dibuat dari labu kuning adalah bolu gulung. Berdasarkan penelitian Eliza dkk (2020), kandungan zat gizi yang ada di bolu gulung yang terbuat dari biji labu kuning adalah sebagai berikut energi : 291,93 kkal; protein 10,39 g; lemak 10,89 g dan karbohidrat 38,09 g.

Tujuan pengabdian kepada masyarakat adalah :

1. Memperluas pemahaman ibu balita tentang pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal pada anak mereka.
2. Meningkatkan keterampilan ibu balita dalam memberikan makanan tambahan dan membuat PMT berbasis pangan lokal untuk anak-anak mereka.
3. Meningkatkan berat badan balita yang mengalami kekurangan gizi di Posyandu Kelapa Genjah di Wilayah Kerja Puskesmas Aiang-Aiang Lebar, Palembang.

METODE

Metode yang digunakan adalah dengan memberikan penyuluhan, pemberian buku saku, demo pembuatan makanan tambahan untuk balita berupa bolu gulung yang terbuat dari biji labu

kuning serta pengukuran berat badan balita.

Pemberian edukasi kepada ibu balita tentang pentingnya status gizi pada anak balita, kerap kali pada usia tersebut menggambarkan usia emas (*golden aged*) yang akan mempengaruhi kesehatan dan kecerdasan anak nanti dikemudian hari. Setiap ibu balita peserta pengabmas diberikan masing-masing buku saku mengenai Penatalaksanaan Gizi Seimbang dan Pemberian Makanan Tambahan untuk Balita. Diharapkan dengan pemberian buku saku ini ibu balita dan kader dapat membaca dan memahami tentang gizi seimbang untuk balita, pedoman pemberian makanan tambahan serta status gizi balita.

Kegiatan pengabmas dilaksanakan oleh dosen Prodi D-III Gizi Politeknik Kesehatan Palembang. Kegiatan pengabdian masyarakat terdapat 3 tahap, dimulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

1. Tahap Persiapan

Tahap pertama yang dilakukan adalah tahap persiapan berupa pengamatan lokasi sekaligus meminta izin pelaksanaan kegiatan pengabmas kepada Pimpinan Puskesmas Alang-Alang Lebar Kota Palembang. Pengamatan dilaksanakan pada tanggal 27 September 2022. Setelah memperoleh izin pelaksanaan, selanjutnya disetujui hari dan tanggal kegiatan pengabmas. Setelah itu menyiapkan sarana dan instrumen seperti kuesioner, tempat diadakan penyuluhan, membuat buku catatan, alat tulis dan timbangan berat badan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan yang dilakukan sebanyak 2 kali. Pelaksanaan pertama dilakukan pada tanggal 7 Oktober 2022 berupa penyuluhan kepada ibu balita di Posyandu Kelapa Genjah wilayah kerja Puskesmas Alang-Alang Lebar Palembang. Pelaksanaan kedua dilakukan pada tanggal 14 Oktober 2022 berupa penyuluhan dan demo pembuatan makanan tambahan berbasis pangan lokal yaitu pembuatan bolu lapis dari biji labu kuning.

3. Tahap Evaluasi

Pelaksanaan monitoring dan evaluasi dilakukan pada tanggal 3 November 2022. Evaluasi dengan cara melakukan post test dan melakukan penimbangan berat badan. Evaluasi ini untuk menilai kenaikan pengetahuan serta pemahaman ibu balita tentang gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan untuk balita.

HASIL DAN DISKUSI

Pelaksanaan pengabdian tahap 1 :

Eliza, Podojoyo, Sriwijayanti Vol 3(2), Juni 2024, (hal 95 - 104)



Gambar 1. Pelaksanaan tahap I.

Tempat kegiatan pengabmas dilakukan di rumah ketua kader Posyandu Kelapa Genjah. Kegiatan pengabmas diawali dengan registrasi peserta. Kemudian dilanjutkan pembukaan oleh mahasiswa. Setelah pembukaan dilanjutkan dengan pretest peserta mengenai pengetahuan gizi. Pretest berlangsung lebih kurang 20 menit dalam bentuk kuesioner pilihan ganda sebanyak 15 soal.

Kegiatan selanjutnya penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan balita agar mengetahui status gizi balita. Setelah dilakukan pretest dan pengukuran status gizi balita, kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan tentang gizi seimbang untuk balita yang dilaksanakan oleh tim dosen Prodi D-III Gizi Politeknik Kesehatan Palembang. Setelah penyuluhan dilakukan tanya jawab

Eliza, Podojoyo, Sriwijayanti Vol 3(2), Juni 2024, (hal 95 - 104)

mengenai gizi seimbang dan asupan makanan balita yang baik dan benar.

Sebelum acara ditutup dibagikan buku saku kepada seluruh ibu balita. Pemberian buku saku dimaksudkan agar ibu balita lebih memahami mengenai Gizi Seimbang untuk balita dan Pemberian Makanan Tambahan berbasis pangan lokal sehingga bisa dipelajari dan dipahami di rumah.

Kegiatan pengabmas tahap kedua dilakukan pada tanggal 14 Oktober 2022 di tempat yang sama. Kegiatan tahap kedua sama seperti tahap pertama.



Gambar 2. Pelaksanaan Tahap 2

Materi penyuluhan yang disampaikan sama dengan materi penyuluhan di kegiatan tahap 1. Penyuluhan diselingi dengan tanya jawab dan jika ada yang memiliki masalah gizi bisa dilakukan konsultasi gizi. Kemudian dilanjutkan dengan video demo masak pembuatan makanan tambahan untuk balita dengan bahan dasarnya adalah labu kuning dan biji labu kuning. Setelah selesai melakukan demo masak, bolu gulung labu kuning diberikan kepada seluruh balita. Semua anak balita makan bolu gulung menyukai tersebut.

Tanggal 3 November 2022 merupakan kegiatan terakhir pengabmas yaitu monitoring evaluasi. Kegiatan monitoring evaluasi berupa post test dan pengukuran status gizi balita.

Hasil pengukuran status gizi balita dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Status Gizi Balita di Posyandu Kelapa Genjah

| Status Gizi | Sebelum | | Setelah | |
|-------------|---------|----|---------|----|
| | n | % | n | % |
| Normal | 14 | 70 | 18 | 90 |
| Kurang | 6 | 30 | 2 | 10 |

Berdasarkan tabel 1 terlihat sebelum kegiatan pengabdian masyarakat didapat dari 20 balita ada 14 (70%) balita berstatus gizi baik dan 6 orang balita (30%) berstatus gizi kurang. Setelah lebih kurang 1 bulan dilakukan kembali penimbangan berat badan pada balita. Pemberdayaan masyarakat dilakukan oleh ibu kader mulai dari menyiapkan tempat, mengundang ibu balita serta menunjang selama kegiatan penimbangan berlangsung.

Dari 20 orang balita dilakukan pengukuran status gizi di awal kegiatan pengabdian masyarakat, pada akhir kegiatan didapatkan 4 orang balita mengalami kenaikan berat badan sekitar 0,25 kg sampai 0,75 kg. Status gizi balita menurut BB/U dari 20 balita didapatkan 18 (90%) orang balita dengan status gizi baik dan 2 orang balita (10%) dengan status gizi kurang. Hal ini sejalan dengan penelitian Iskandar (2017) yang mengatakan pemberian makanan tambahan dalam bentuk modifikasi sangat signifikan terhadap peningkatan status gizi balita gizi kurang. Penelitian Irwan *et al* (2020) menyatakan bahwa pemberian PMT modifikasi padat gizi berbahan dasar labu kuning yang diberikan kepada balita wasting terjadi peningkatan berat badan rata-rata sebesar 0,650 kg. Begitupun dengan penelitian Nasibar *et al* (2022), menyatakan bahwa cookies berbahan pangan lokal dari ubi ungu dapat meningkatkan berat badan anak balita yang sebesar 0,56 kg. Pada pengabdian masyarakat yang dilakukan juga terjadi peningkatan berat badan pada balita wasting. Adapun bahan pangan yang digunakan adalah labu kuning dan biji labu kuning. Di dalam labu kuning kaya akan vitamin A, vitamin B1 dan Vitamin C serta protein dan karbohidrat (Prabasini *et al.*, 2013).

Pemberian makanan tambahan (PMT) merupakan upaya perbaikan gizi dengan menggunakan makanan tambahan guna memenuhi kebutuhan gizi dan mencapai status gizi yang baik. Makanan tambahan yang digunakan dapat berupa makanan selingan yang berbasis pangan lokal. Makanan pangan lokal tentu lebih bervariasi dibandingkan dengan makanan pabrikan, tetapi tetap perlu diperhatikan cara dan lama memasaknya agar kandungan gizi tetap terjaga (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 51 Tahun 2016). Kepatuhan mengonsumsi makanan tambahan secara tepat mendukung Eliza, Podojoyo, Sriwijayanti Vol 3(2), Juni 2024, (hal 95 - 104)

pemenuhan kecukupan asupan gizi yang diiringi dengan konsumsi makanan utama yang cukup (Hadju *et al*, 2023)

Berdasarkan tingkat pengetahuan didapatkan nilai rata-rata pretest 60,3 dengan jumlah jawaban benar yang terendah adalah 6 dan tertinggi 12 dari 15 soal. Setelah diberi edukasi sebanyak 2 kali, terjadi peningkatan pengetahuan ibu balita. rata-rata tingkat pengetahuan adalah 80,7 dengan jumlah jawaban benar terendah adalah 9 dan tertinggi 14 dari 15 soal.

Hal ini sejalan dengan penelitian Spiteri (2015) yang menyatakan bahwa program edukasi gizi yang komprehensif dapat mengubah perilaku makan dan meningkatkan status gizi masyarakat.

Menurut Afnis (2018), pengetahuan seseorang memiliki enam tingkatan yang pertama yaitu tahu (*know*), kemudian memahami (*comprehention*), aplikasi (*application*), analisis (*analysis*), sintesis (*synthesis*), dan yang terakhir evaluasi (*evaluation*). Jadi ibu balita yang sudah diberikan edukasi gizi dengan metode penyuluhan akan tahu apa itu wasting atau berat badan kurang pada balita, setelah tahu kemudian ibu balita akan memahami pentingnya asupan makanan yang akan meningkatkan berat badan. Selanjutnya akan di aplikasikan dengan memberikan makanan yang seimbang untuk balitanya.

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabmas ini dapat disimpulkan bahwa meningkatnya pengetahuan ibu balita mengenai gizi seimbang dan pemberian makanan tambahan untuk balita sebanyak 20,4 point dan terjadi juga peningkatan berat badan balita sebanyak 0,25 kg sampai 0,75 kg. Terjadi perubahan perilaku ibu balita dalam pemberian makanan untuk anaknya. Beberapa ibu balita melakukan pembuatan PMT sama seperti yang sudah dilakukan oleh tim dosen pengabmas.

Saran

1. Diharapkan agar ibu balita rutin untuk mengikuti kegiatan posyandu agar menambah pemahaman tentang gizi dan kesehatan serta melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan agar mengetahui status gizi balitanya. posyandu.
2. Diharapkan agar pihak Puskesmas meningkatkan kegiatan penyuluhan tentang gizi seimbang untuk balita dan cara pembuatan makanan tambahan untuk balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Palembang yang sudah memberikan kesempatan dan dana untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Eliza, Podojoyo, Sriwijayanti Vol 3(2), Juni 2024, (hal 95 - 104)

2. Pimpinan Puskesmas Alang-Alang Lebar Kota Palembang yang telah memberikan izin untuk dilakukannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
3. Ahli Gizi, tenaga kesehatan, kader dan ibu balita yang telah banyak membantu kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

RUJUKAN

- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Ditjen Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, 2011. *Panduan Penyelenggaraan Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan Bagi Balita Gizi Kurang (Bantuan Operasional Kesehatan)*, Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Eliza, Royanda R, Meisela S, Tiara A. 2020. *The Effect of Addition of Pumpkin Yellow Seed Flour on Characteristics and Acceptance of Roll Cake*, Proceeding The 1st International Conference On Health Social, Sciences and Technology (ICoHSST) , Poltekkes Kemenkes Palembang.
- Gardjito M. (2006). Labu Kuning: Sumber Karbohidrat Kaya Vitamin A. Yogyakarta: Tridatu Visi Komunikasi.
- Hadju1 VA , Sarinah BK , Ulfa A , Putri AM. (2023). Pengaruh pemberian makanan tambahan (PMT) lokal terhadap perubahan status gizi balita. *Gema Wiralodra*, Vol 14, No 1, April 2023. Universitas Wiralodra.
- Irviani A, Ibrahim, Syarfaini, N NM. (2018). Pengaruh Pemberian Biskuit Ubi Jalar Ungu (Ipomea Batatas L. Poiret) terhadap Status Gizi Kurang pada Anak Balita Usia 12-36 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Somba Opu. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1(69), 1-16.
- Irwan, T, M., Kadir, S., & Amalia, L. (2020). Efektivitas Pemberian PMT Modif Berbasis Kearifan Lokal terhadap Peningkatan Status Gizi Balita Gizi Kurang dan Stunting. *Gorontalo Journal Health & Science Community*, 4(2), 59–67.
- Iskandar. Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Modifikasi terhadap Status Gizi Balita. *Action: Aceh Nutrition Journal*. 2017;2(2): 120
- Nasibar, A., Sartono, Eliza, & Kartika Sari, D. (2022). Pemberian Cookies Ubi Ungu Tempe Terhadap Peningkatan Berat Badan Kejadian Wasting pada Anak Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Sako Palembang. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, 2(1).
- Prabasini H, Ishartani D, Muhammad DRA, 2013. *Kajian Sifat Kimia dan Fisik Tepung Labu Kuning (cucurbita moschata) dengan perlakuan blancing dan perendaman dalam natrium metabisulfite (Na₂S₂O₅)*, Jurnal Teknosaint Pangan.
- Rahman N, Hermiyanty, Fauziah L. (2016). Faktor Risiko Kejadian Gizi Kurang pada Balita Usia 24-59 Bulan di Kelurahan Taipa Kota Palu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat [Internet]*. 7(2):41–6. Available from: <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/preventif/article/download/107/61>

Spiteri Cornish L, Moraes C. The impact of consumer confusion on nutrition literacy and subsequent dietary behavior. *Psychol Mark.* 2015;32(5):558-574

SusiLowati E, Himawati A. 2017. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita dengan Status Gizi di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah I Demak.* *Jurnal kebidanan.* Vol. 6. No. 13. ISSN 2080-7669.