

Edukasi Pola Pemberian Makan Anak sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Tinjoman Kota Padangsidempuan tahun 2023

Hafni Nur Insan¹, Octaviani Hafni, Mya Adelia, Mutiara Dewi
Universitas Aufa Royhan Padangsidempuan

(Hafninur89@gmail.com , 082254372123)

ABSTRAK

Pola makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita, karena dalam makanan banyak mengandung gizi yang sangat penting dalam menjaga kesehatan, pertumbuhan, dan kecerdasan. Gizi sangat berpengaruh terhadap nafsu makan. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik pada balita maka pertumbuhan balita akan terganggu, tubuh kurus, pendek bahkan bisa terjadi gizi buruk pada balita. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk memberikan edukasi pola pemberian makan pada anak di desa Tinjoman. Metode pelaksanaan melalui pemberian penyuluhan kepada masyarakat. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu-ibu di desa Tinjoman yang memiliki bayi dan balita. Hasil dari pengabdian Masyarakat ini diperoleh informasi bahwa peserta sebagian besar berpendidikan menengah sebesar 53,3% dan yang berpendidikan tinggi hanya 46,6% dan diperoleh hasil adanya peningkatan pengetahuan tingkat pengetahuan responden akan mempengaruhi pola pemberian makan anak Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan KKN kepada Masyarakat adalah sebagai berikut: ibu yang memiliki bayi dan balita di Desa Tinjoman Kecamatan Hutaimbaru Padangsidempuan sebagian besar berpendidikan menengah. Pengetahuan ibu-ibu tentang program pola pemberian makan anak hampir seluruhnya sudah mengerti, tetapi belum mengaplikasikannya kepada bayi dan balita tersebut. Diharapkan para ibu di desa Tinjoman untuk dapat mengaplikasikan ilmu pemeprian makan pada anak dengan baik.

Kata Kunci : Edukasi,Pola makan,Balita

ABSTRAC

The diet of toddlers plays a very important role in the growth process of toddlers, because food contains lots of nutrients. Nutrition is a very important part of growth. Nutrition in it is very closely related to health and intelligence. Nutrition has a big influence on appetite. If the toddler's diet is not achieved properly, the toddler's growth will be disrupted, the body will be thin, short and even malnutrition can occur in the toddler. The method of implementing the program to the community is through providing counseling regarding education on child feeding patterns to mothers in the Tinjoman Village area, Hutaimbaru Padangsidempuan District, this goes through 3 (three) stages, namely implementation strategy meetings, location surveys and then preparation of facilities and infrastructure. The population in this study were mothers in Tinjoman village who had babies and toddlers. As a result of this community service, information was obtained that the majority of participants had a secondary education of 53.3 and only 46.6% had a tertiary education. The respondent's education level will influence children's feeding patterns. Therefore, efforts to address the stunting problem require collaboration between sectors and the community. Because this program is not only applied to babies and toddlers but also to mothers who have children aged 6-24 months. The conclusion in implementing KKN activities for the community is as follows: most of the mothers who have babies and toddlers in Tinjoman Village, Hutaimbaru District, Padangsidempuan have secondary education. Almost all mothers understand the child feeding program, but they have not yet applied it to babies and toddlers.

Keywords: Education, eating patterns, toddlers

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang sangat penting bagi semua masyarakat yang menjadi kebutuhan dasar yang sampai saat ini masih menjadi perhatian bagi pemerintah. Ibu memiliki peran penting dalam proses pemenuhan gizi yang optimal bagi anaknya, sehingga sangat penting pengetahuan ibu terkait PMBA perlu ditingkatkan. Kondisi gangguan pemenuhan gizi pada anak dapat terjadi akibat kurangnya pengetahuan, sikap, motivasi dan keterampilan ibu/pengasuh dalam mempersiapkan makanan dan minuman yang bergizi dan sesuai dengan kebutuhan anak. Salah satu faktor yang berpengaruh dalam pemberian makan yang benar yaitu pengetahuan ibu/pengasuh terkait dengan informasi tentang manfaat ASI, MPASI, dan lainnya. Adanya tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan edukasi kepada ibu dalam memberikan makan pada bayi dan anak sesuai umurnya (Depkes, 2016)..

Anak mengalami pertumbuhan sesuai dengan usianya. Namun beberapa keadaan akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan sehingga muncul gangguan. Menurut World Health Organization (WHO) dan Resolusi World Health Assembly (WHA) Nomor 55.25 tahun 2002 tentang Global Strategy on Infant and young Child Feeding melaporkan bahwa 60% kematian balita langsung maupun tidak langsung disebabkan kurang gizi dan 2-3 dari kematian tersebut terkait dengan praktik pemberian makan yang kurang tepat pada bayi dan anak. Pemberian makan yang tidak tepat dan terlalu dini mengakibatkan banyaknya anak mengalami gangguan pertumbuhan dan menderita kurang gizi (Kemkes RI, 2011).

Pola makan pada balita sangat berperan penting dalam proses pertumbuhan pada balita, karena dalam makanan banyak mengandung gizi. Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan. Gizi di dalamnya memiliki keterkaitan yang sangat erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Gizi atau Nutrition adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses

digestif, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme, dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi. Gizi ini sangat berpengaruh terhadap nafsu makan. Jika pola makan tidak tercapai dengan baik pada balita maka pertumbuhan balita akan terganggu, tubuh kurus, pendek bahkan bisa terjadi gizi buruk pada balita.

Masalah gizi kurang pada balita masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia termasuk negara Indonesia (Rosari et al., 2013). Indonesia merupakan negara berkembang yang masih menghadapi masalah kekurangan gizi yang cukup besar. Permasalahan gizi secara nasional saat ini adalah balita gizi kurang dan balita gizi buruk (Ningsih et al., 2015). Status gizi kurang merupakan keadaan tubuh mengalami kekurangan nutrisi atau di bawah standar. Gizi kurang berdasarkan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) diklasifikasikan menjadi status gizi sangat kurus, kurus, normal, dan gemuk (WHO, 2005). Balita dianggap pada risiko gizi terbesar karena pola pemberian makan yang buruk akan berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan. Hal tersebut menyebabkan kelompok usia balita terjadi peningkatan risiko morbiditas dan mortalitas (Gibson et al., 2012).

Kekurangan gizi pada negara berkembang diantaranya terjadi karena pola pemberian makan yang tidak sesuai (Ningsih et al., 2015). Pola pemberian makan yang diberikan kepada balita akan mempengaruhi proses pertumbuhan balita karena dalam asupan gizi tersebut mengandung zat gizi yang penting untuk pertumbuhan, kesehatan, dan kecerdasan (Purwani & Mariyam, 2013). Pola pemenuhan status gizi pada anak merupakan salah satu upaya pemenuhan kebutuhan dasar anak akan asah, asih dan asuh (Rachmawati, Ranuh, & Arief, 2016). Pola pemberian makan yang sehat akan berdampak baik pada kesehatan di kemudian hari (Gibson et al., 2012). Asupan nutrisi berlebihan atau kurang akan berpengaruh pada

status gizi dan kesehatan anak (Lobstein et al., 2004; Must & Strauss, 1999).

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi balita secara umum dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor langsung dan faktor tidak langsung (Bappenas, 2010). Faktor langsung atau faktor dari individu atau anak yaitu asupan makanan dan penyakit (Diare dan Infeksi Saluran Pernapasan Akut/ISPA). Faktor tidak langsung atau faktor dari keluarga yaitu ketersediaan pangan, sanitasi lingkungan, pola asuh orang tua didalamnya adalah pola pemberian makan, pengetahuan, sikap, keterampilan, dan pelayanan kesehatan Pola pemberian makan merupakan perilaku seseorang yang dapat mempengaruhi status gizi (Kemenkes RI, 2014). Pola makan dapat memberikan gambaran asupan gizi mencakup jenis, jumlah, dan jadwal dalam pemenuhan nutrisi (Kemenkes RI, 2014). Pola pemberian makan balita akan berpengaruh terhadap kesehatan dimasa depan (Kudlova & Schneidrova, 2012). Prinsip kebutuhan nutrisi setiap usia berbeda-beda. Anak pada usia 1–3 tahun bersifat konsumen pasif, kebutuhan nutrisi anak usia 1-3 tahun tergantung pada nutrisi yang disediakan oleh ibu (Fauziah, 2009). Pemenuhan kebutuhan nutrisi oleh orang tua akan mempengaruhi kebiasaan makan selanjutnya (Khosman, 2004).

Upaya perbaikan pola pemberian makan pada masalah gizi telah dimulai oleh Dinas Kesehatan Sumatera Utara pada tahun 2013 melalui program Pemberian makan tambahan (PMT) pemulihan, bantuan makanan padat gizi, bantuan Makanan pendamping air susu ibu (MP-ASI), pelaksanaan rujukan gizi dan perawatan penderita untuk balita gizi buruk, pembentukan pusat pemulihan gizi buruk, penyuluhan PMT di posyandu, dan meningkatkan dukungan lintas sektoral antara lain menemui tim pangan dan gizi (Dinkes Sumatera Utara, 2013).

2. METODE PELAKSANAAN

Untuk mencapai tujuan dan luaran sesuai permasalahan yang dihadapi, digunakan beberapa metode, yang meliputi :

- 1)Observasi
- 2)Memberikan Edukasi

3)Tanya dan Jawab

Observasi dimana mahasiswa mengumpulkan Masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi dan balita di Desa Tinjoman Kecamatan Hutaimbaru , melalui pengamatan langsung dilapangan Mahasiswa memerlukan dokumentasi supaya dengan dokumentasi yang berupa foto dapat mengungkapkan suatu situasi pada saat melakukan penelitian.

Memberikan edukasi melalui penyuluhan tentang cara mengolah MPASI dengan baik agar tidak mengurangi zat gizi yang ada pada makanan kepada Masyarakat khususnya ibu yang memiliki bayi dan balita di Desa Tinjoman , Kecamatan Hutaimbaru.

Tanya jawab yang dilakukan mahasiswa dengan ibu yang memiliki bayi dan balita , tentang tentang cara mengolah MPASI dengan baik agar tidak mengurangi zat gizi yang ada pada makanan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan tentang program pencegahan stunting pada bayi dan balita. Semua orang tua dari bayi dan balita di desa Tinjoman Kecamatan Hutaimbaru Padangsidempuan merupakan peserta dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Berikut ini merupakan gambaran umum para peserta “Memberikan Edukasi pola pemberian makan anak “ .

Tabel 1. Distribusi Peserta berdasarkan Pendidikan

No	Pendidikan	Jumlah	Persen
1	Menengah	8	53,3
2	Tinggi	7	46,6
Total			100

Sumber: Data Diolah.

Berdasarkan tabel 5.1 diatas, diperoleh informasi bahwa peserta sebagian besar berpendidikan menengah sebesar 53,3% dan yang berpendidikan tinggi hanya 46,6%. Tingkat pendidikan

responden akan mempengaruhi pola pemberian makan anak. Sehingga dalam upaya penanganan masalah stunting diperlukan kerjasama antar sektor dengan masyarakat. Karena program tersebut tidak hanya diberlakukan pada bayi dan balita tetapi mulai dari ibu yang memiliki anak usia 6-24 bulan.

Pengetahuan adalah hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap obyek tertentu. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, para peserta diberikan penyuluhan berupa program-program pencegahan stunting pada bayi dan balita. Harapannya dari pemberian penyuluhan ini adalah para peserta dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang pola pemberian makan anak pada balita, khususnya cara mengolah makanan yang akan digunakan sehingga dapat meningkatkan peran sertanya terhadap kegiatan pencegahan stunting bayi dan balita dengan cara ikut melakukan pemantauan terhadap pertumbuhan dan perkembangan putra putrinya.

Penyuluhan yang dibawakan adalah mengenai cara mengolah MPASI dengan baik agar tidak mengurangi zat gizi yang ada pada makanan yang diantaranya jika mengolah makanan baiknya terlebih dahulu dibersihkan lalu di iris-iris atau dipotong, kemudian untuk suhu yang digunakan baiknya jangan terlalu tinggi agar makanan masak dengan baik.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat ini kepada Masyarakat adalah sebagai berikut: ibu yang memiliki bayi dan balita di Desa Tinjoman Kecamatan Hutaimbaru Padangsidempuan sebagian besar berpendidikan menengah. Pengetahuan ibu-ibu tentang program pola pemberian makan anak hampir seluruhnya sudah mengerti, tetapi belum mengaplikasikannya kepada bayi dan balita tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan RI Panduan Penyelenggaraan PMT pada balita. Departemen Kesehatan RI Ditjen Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Bina Gizi Masyarakat. 2011
- Gibson, E.L., Kreichauf, S., Wildgruber, A., Vögele, C., Summerbell, C.D., Nixon, C., Manios, Y. 2012. A narrative review of psychological and educational strategies applied to young children's eating behaviours aimed at reducing obesity risk. *Obesity Reviews*, 13(SUPPL. 1), 85–95. <http://doi.org/10.1111/j.1467-789X.2011.00939.x>
- Hanifatul Mukaromah, Charista Millenia Bintari, Merita Eka Rahmuniyati, 2021. EDUKASI PEMBERIAN MAKAN PADA BAYI DAN ANAK (PMBA) UNTUK PEMENUHAN ASUPAN GIZI ANAK. *Community Development Journal* Vol.2, No.3 November 2021, Hal.1026-1030
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia., 2014. Pedoman Gizi Seimbang 2014. Direktorat Jendral Bina Gizi dan Kesehatan ibu dan Anak Direktorat Bina Gizi. diakses di <http://gizi.depkes.go.id/pgs-2014-2> pada 9 April 2016
- Kudlova, E. & Schneidrova, D., 2012. Dietary patterns and their changes in early childhood. *Central European J*
- Lobstein, T., Baur, L., Uauy, R., 2004. Obesity in children and young people: a crisis in, London. Arija, V., Pérez Rodrigo, C., Martínez de Vitoria, E., Ortega, R.M., Serra-Majem, L., Ribas, L., & Aranceta, J. 2015. Dietary intake and anthropometric reference values in population studies. *Nutrición Hospitalaria*, 31 Suppl 3, 157–67. <http://doi.org/10.3305/nh.2015.31.sup3.876>

- Mariyam, Erni Purwani. 2013. Pola Pemberian Makan Dengan Status Gizi Anak Usia 1 Sampai 5 Tahun Di Kabunan Taman Pematang. Jurnal Keperawatan Anak . Volume 1, No 1, Mei 2013;30-36
- Ningsih, S., Kristiawati, & Krisna, I. 2015. Hubungan Perilaku Ibu Dengan Status Gizi Kurang Anak Usia Toodler. Jurnal Pediomaternal, 3(1), 58–65. <http://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Praba Diyan Rachmawat, Nursalam, Toni Subarkah, 2016. Pola Pemberian Makan Terhadap Peningkatan Status Gizi Pada Anak Usia 1-3 Tahun. Jurnal INJEC Vol. 1 No. 2 Desember 2016: 146–154
- Wardina Humayrah, R.A Wahyu Murti N, Talitha Zuleika, Islamiati Putri, 2022. Edukasi Pemberian Makan Bayi dan Anak (PMBA) Meningkatkan Pengetahuan Gizi Ibu Balita di Posyandu Anggrek, Bogor Selatan, Jawa Barat. Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat 03-01 (2022) 048–055
- WHO. (2001). Guiding Principles for Complementary Feeding of The Breastfed Child. Retrieved from https://www.who.int/nutrition/publications/guiding_principles_compfeeding_brea