

PENINGKATAN PENGETAHUAN KELUARGA DAN KETERAMPILAN SERTA STRATEGI MENURUNKAN PREVALENSI GIZI KURANG PADA BALITA DENGAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BERBASIS PANGAN LOKAL

Increasing Family Knowledge and Skills and Strategies to Reduce the Prevalence of Malnutrition in Toddlers by Providing Additional Food Based on Local Food

Ermina Syainah^{1*}, Nurhamidi², Rosihan Anwar³

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin

*Korespondensi: ermina.saner@gmail.com

Diterima: 09 November 2024

Dipublikasikan: 28 Februari 2025

ABSTRAK

Pendahuluan: Malnutrisi atau gizi kurang merupakan status kondisi seseorang yang kekurangan nutrisi, atau nutrisinya di bawah rata-rata. Malnutrisi disebabkan oleh asupan nutrisi yang kurang dan tidak tepat, kurangnya pengetahuan orang tua tentang nutrisi pada anak. Pengaturan pengelolaan pemberian makanan tambahan bagi balita gizi kurang dan ibu hamil kurang energi kronis ini adalah sebagai acuan bagi tenaga kesehatan dan pemangku kepentingan terkait dalam pengelolaan pemberian makanan tambahan bagi balita gizi kurang dan ibu hamil kurang energi kronis. Permasalahan gizi perlu mendapatkan perhatian yang serius demi kelangsungan hidup anak balita yang pada akhirnya berpengaruh pula pada kelangsungan hidup bangsa karena gizi berkontribusi besar terhadap peningkatan sumber daya manusia. Desa Lok Baintan memiliki keunggulan spesifik dalam bidang budidaya hasil perikanan, petani, pencari ikan, pedagang hasil pertanian namun belum mampu mengembangkan secara maksimal keunggulan tersebut untuk dijadikan sebagai sumber penghasilan pendapatan.

Tujuan: Peningkatan pengetahuan keluarga dan keterampilan serta strategi menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita dengan pemberian makanan tambahan berbasis pangan lokal .

Metode: Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan partisipatif. Metode penyampaian melalui pendekatan adragogi sehingga diharapkan terjadi interaksi yang intensif antara peserta dengan tim pelaksana, diskusi kelompok fokus, pendidikan dan pelatihan, dan keterampilan.

Hasil: Peningkatan pengetahuan, keterampilan memasak, penurunan prevalensi gizi kurang dan peningkatan kemandirian.

Simpulan: Program PMT berbasis pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga serta menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita. Pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan semua pemangku kepentingan sangat krusial untuk mencapai keberhasilan jangka panjang dalam perbaikan gizi.

Kata kunci: Malnutrisi, Pangan Lokal, Lokbaintan

ABSTRACT

Introduction: Malnutrition or undernutrition is a condition of a person who lacks nutrition, or whose nutrition is below average. Malnutrition is caused by inadequate and inappropriate nutritional intake, lack of parental knowledge about nutrition in children. The regulation of the management of providing additional food for undernourished toddlers and pregnant women with chronic energy deficiency is a reference for health workers and related stakeholders in the management of providing additional food for undernourished toddlers and pregnant women with chronic energy deficiency. Nutritional problems need serious attention for the survival of toddlers which ultimately also affects the survival of the nation because nutrition contributes greatly to improving human resources. Lok Baintan Village has specific advantages in the field of fishery cultivation, farmers, fishers, agricultural traders but has not been able to develop these advantages optimally to be used as a source of income.

Objectives: Increasing family knowledge and skills as well as strategies to reduce the prevalence of malnutrition among children under five by providing additional food based on local food.

Methods: Implementation of activities is carried out with a participatory approach. The delivery method is through an adragogical approach so that it is hoped that there will be intensive interaction between participants and the implementing team, focus group discussions, education and training, and skills.

Results: Increased knowledge, cooking skills, reduced prevalence of malnutrition and increased independence.

Conclusion: The local food-based PMT program has proven to be effective in increasing family knowledge and skills and reducing the prevalence of malnutrition among children under five. A community-based approach that involves all stakeholders is crucial to achieving long-term success in improving nutrition.

Keywords: Malnutrition, Local Food, Lokbaintan

PENDAHULUAN

Pertumbuhan berkaitan dengan perubahan dalam besar, jumlah, ukuran, atau dimensi tingkat sel, organ, maupun individu yang bisa diukur dan berdampak pada aspek fisik. Sementara itu, perkembangan adalah peningkatan kemampuan dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur dan dapat diprediksi sebagai hasil dari proses pematangan. Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Status pertumbuhan dan berat badan anak (berat badan kurang atau lebih) adalah faktor utama dalam kesiapan keluarga untuk mengubah lingkungan serta gaya hidup. Orang tua sering salah menafsirkan status berat badan anak sehingga kesalahan persepsi ini dapat menyebabkan pemberian makan yang tidak tepat. Jika terjadi pola pemberian makan serta gaya hidup yang signifikan sehingga memperburuk proses tumbuh kembang anak, maka dapat terjadi gizi kurang. Malnutrisi atau gizi kurang adalah kondisi seseorang yang kekurangan nutrisi atau nutrisinya di bawah rata-rata. Malnutrisi disebabkan oleh asupan nutrisi yang kurang dan tidak tepat serta kurangnya pengetahuan orang tua tentang nutrisi pada anak. Oleh karena itu, terdapat pendekatan kepada keluarga dengan sistem FCC (Family Centered Care) yang memudahkan perawat dalam memantau pola makan anak dengan berkolaborasi bersama orang tua; pola pengasuhan anak mencakup ketidaktahuan keluarga tentang pentingnya pendidikan kesehatan, ketidakmampuan untuk menyediakan waktu, perhatian, serta dukungan terhadap anak agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal baik fisik, mental, maupun sosial. Ketahanan pangan dalam keluarga adalah kemampuan anggota keluarga untuk memenuhi kebutuhan pangan dalam jumlah yang cukup dan bergizi seimbang sehingga anak dapat tumbuh (Ummi Kalsium, Abas Basuni Jahari 2015).

Panduan pengelolaan pemberian makanan tambahan untuk balita yang mengalami gizi kurang dan ibu hamil dengan kekurangan energi kronis ini berfungsi sebagai pedoman bagi tenaga kesehatan dan pemangku kepentingan terkait dalam mengelola pemberian makanan tambahan untuk mereka.

Permasalahan gizi membutuhkan perhatian serius demi kelangsungan hidup anak balita dan berpengaruh pada kualitas sumber daya manusia di masa depan. Anak-anak berusia di bawah lima tahun adalah kelompok rentan terhadap masalah gizi dan kesehatan. Penelitian menunjukkan adanya hubungan erat antara kurang gizi dengan kualitas generasi penerus. Anak yang mengalami kurang gizi pada periode pembentukan otak (dari masa janin hingga usia 2 tahun), yang dikenal sebagai seribu hari pertama,

dapat mengalami dampak negatif pada perkembangan fungsi otak yang permanen dan berdampak jangka panjang (Fredy, 2021).

Berdasarkan peraturan Presiden No. 72 tahun 2021 ada 90 % balita gizi kurang yang mendapatkan tambahan asupan gizi, karena adanya peningkatan status gizi balita melalui terapi gizi sesuai dengan standart yang telah ditetapkan. Berdasarkan jumlah sasaran ditetapkan Kabupaten Banjar yang terdapat data sebanyak 716 balita kurang gizi yang dibagi dalam 19 Kecamatan dan 25 Puskemas. Salah satu desa yang terdapat balita gizi kurang adalah desa Lokbaintan data pada tahun 2021 sebanyak 30 orang.

Desa Lok Baintan berada pada salah satu desa di Kecamatan Sungai Tabuk, Kabupaten Banjar Provinsi Kalimantan Selatan. Desa tersebut termasuk salah satu desa tertinggal berdasarkan Kepmen DPDTT-RI, nomor 126 tahun 2017, data No.12067, ID : 6303040010) di Kalimantan Selatan.

Jumlah penduduk 1.507 jiwa dan kebanyakan penduduk punya mata pencaharian sebagai buruh tani. Dari jumlah penduduk tersebut, yang punya pendidikan S1 cuma 12 orang, Pendidikan Diploma 15 orang, dan tamat SLTA 186 orang.

Desa Lok Baintan merupakan kawasan desa wisata di Kalimantan Selatan yang terkenal dengan “Pasar Terapung”. Jalan menuju tempat wisata dilalui dengan darat, tetapi tidak memadai, dan kebanyakan dilalui dengan memakai transportasi sungai dengan kapal kecil, yang disebut kelotok. Transportasi sungai ini paling disukai para wisatawan lokal, maupun manca negara. Desa Lok Baintan memiliki keunggulan spesifik dalam bidang budidaya hasil perikanan, petani, pencari ikan, pedagang hasil pertanian namun belum mampu mengembangkan secara maksimal keunggulan tersebut untuk dijadikan sebagai sumber penghasilan pendapatan.(Deasy Arisanty, 2018)

Berdasarkan data dari dinas perikanan (2021) dibagi dalam berbagai sektor perikanan darat, kabupaten banjar memiliki beberapa potensi budidaya ikan antara lain : budidaya perikanan kolam dengan luas sekitar 791,4 Ha jumlah produksi 25.092,23 ton/tahun. Budidaya Perikanan Jaring apung yang 1.125 unit total produksi 6542.55 ton/tahun. Budidaya Perikanan Karamba yang tersebar diwilayah Sungai Tabuk, Martapura, Martapura Timur, Astambul dan Karang Intan yang secara keseluruhan berjumlah sekitar 2259 unit. Dengan Jenis ikan nila dan ikan mas dengan jumlah produksi 7952.97/tahun.

Selain hasil perikanan, desa tersebut memiliki lahan rawa gambut seluas 13,5-26,5 ha, yang menghasilkan sagu, nenas, purun, dan tanaman paludikultur. Kalimantan Selatan memiliki berbagai jenis komoditas tanaman pangan lokal non-padi seperti labu Juai di Balangan, ubi Nagara di Hulu Sungai Selatan, talipuk/teratai di Hulu Sungai Utara, dan sagu di Banjar. Komoditas pangan lokal ini dapat tumbuh adaptif di lingkungan rawa dan telah banyak dimanfaatkan sebagai pangan alternatif pengganti beras atau terigu. Pengembangan pangan lokal dapat mendorong aspek sosial, lingkungan, ekonomi, serta gizi dan kesehatan. Oleh karena itu, pemetaan potensi pangan lokal harus didasarkan pada data yang valid untuk menjamin kontinuitas bahan baku dan produksi.

METODE

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pendekatan partisipatif, sehingga khalayak sasaran dapat berperan aktif dalam setiap kegiatan dan penyelesaian masalah. Metode penyampaian melalui pendekatan adragogi sehingga diharapkan terjadi interaksi

yang intensif antara peserta dengan tim pelaksana, diskusi kelompok fokus, pendidikan dan pelatihan, dan keterampilan. Media yang digunakan untuk penyampaian materi adalah leaflet dan jenis olahan pangan lokal dengan handout resep-resep produk olahan. Alat yang digunakan pada penyampaian materi berupa laptop, LCD dan pengeras suara. Demonstrasi pengolahan produk olahan menggunakan alat-alat persiapan, pengolahan dan penyajian makan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan Pengetahuan: Program pelatihan dan penyuluhan tentang gizi dapat meningkatkan pengetahuan keluarga mengenai pentingnya asupan gizi yang seimbang untuk balita. Keluarga menjadi lebih sadar akan pemilihan makanan bergizi, terutama yang berbasis pangan lokal.

Keterampilan Memasak: Pelatihan keterampilan memasak menggunakan bahan pangan lokal membantu keluarga menciptakan makanan yang lebih sehat dan bergizi. Keterampilan ini memungkinkan mereka untuk memanfaatkan sumber daya yang ada di sekitar mereka.



Gambar 1. Kegiatan edukasi kepada masyarakat

Penurunan Prevalensi Gizi Kurang: Implementasi PMT dengan bahan pangan lokal secara signifikan dapat menurunkan angka gizi kurang pada balita. Data menunjukkan adanya perbaikan dalam status gizi anak setelah program dilaksanakan.

Peningkatan Kemandirian: Keluarga menjadi lebih mandiri dalam memenuhi kebutuhan gizi balita mereka, mengurangi ketergantungan pada bantuan luar.

Strategi Implementasi: Program yang efektif menggabungkan penyuluhan, pelatihan, dan pemanfaatan sumber daya lokal. Keterlibatan komunitas sangat penting untuk memastikan keberlanjutan.

Pemilihan Pangan Lokal: Fokus pada pangan lokal tidak hanya meningkatkan ketersediaan gizi tetapi juga memperkuat ketahanan pangan keluarga. Ini juga mendukung pertanian lokal dan mengurangi biaya.

Monitoring dan Evaluasi: Penting untuk melakukan evaluasi berkala terhadap program PMT untuk memastikan efektivitas dan melakukan perbaikan jika diperlukan. Data kesehatan balita perlu dimonitor untuk melihat dampak jangka panjang.

Peran Pemerintah dan Lembaga: Dukungan dari pemerintah dan lembaga terkait sangat penting untuk menyediakan sumber daya dan infrastruktur yang diperlukan untuk program ini.

SIMPULAN

Dengan pendekatan ini, keluarga dapat lebih memahami pentingnya gizi seimbang serta cara memanfaatkan sumber pangan lokal yang kaya nutrisi. Pendidikan mengenai gizi dan pengolahan makanan juga meningkatkan keterampilan ibu dalam menyiapkan makanan yang sehat dan bergizi untuk anak-anak mereka. Program PMT berbasis pangan lokal terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan keluarga serta menurunkan prevalensi gizi kurang pada balita. Pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan semua pemangku kepentingan sangat krusial untuk mencapai keberhasilan jangka panjang dalam perbaikan gizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam kesempatan ini, kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang telah memberikan fasilitas dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.
2. Kepala Pusat Pengabdian kepada Masyarakat yang telah memberikan kemudahan dalam pelaksanaan pengabdian.
3. Ketua Jurusan Gizi yang telah memberikan dukungan dan bimbingan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.
4. Staf dosen dan staf TU Jurusan Gizi yang telah membantu kelancaran pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.
5. Kepala Desa Lok Baintan
6. Para kader dan ibu balita yang telah turut berpartisipasi aktif dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini.

REFERENSI

- Bappenas. (2019). Strategi Nasional Percepatan Penanggulangan Stunting. Jakarta: Bappenas.
- Deasy arisanty@unlam.ac.id, 20 april 2018, eprints.ulm.ac.id
- Dewi, F., & Harahap, N. (2019). Peran Keluarga dalam Peningkatan Gizi Anak Melalui Edukasi Gizi Berbasis Pangan Lokal. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Fredy Akkbar K.,S Kep.,Ns.,M.Kep, dkk Strategi Menurunkan Prevalensi Gizi Kurang Pada Balita (2021).
- Hasanah, U., & Sari, R. (2021). Strategi Pengurangan Gizi Buruk pada Balita Melalui Pendekatan Keluarga dan Komunitas. *Jurnal Pembangunan Kesehatan*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Pedoman Pelaksanaan Program Makanan Tambahan untuk Mencegah Gizi Kurang. Jakarta: Kemenkes RI.
- Suharno, & Hidayati, S. (2022). Implementasi Program Makanan Tambahan untuk Balita dengan Fokus pada Pangan Lokal. *Jurnal Nutrisi dan Kesehatan*.
- Sukandar, D., & Astuti, M. (2020). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Pangan Lokal terhadap Status Gizi Balita. *Jurnal Gizi dan Pangan*.
- Ummi Kalsum, Abas Basuni Jahari, Fakultas Kedokteran dan ilmu Kesehatan Universitas Jambi, Pusat Terapan dan Epidemiologiklinik Balitbangkes kemenkes RI, email : ummi2103@gmail.com
- Widiastuti, R. (2020). Pangan Lokal sebagai Solusi Peningkatan Gizi Anak di Wilayah Terpencil. *Jurnal Penelitian Gizi*.
- Yulianti, E., & Rahmawati, T. (2018). Pengaruh Edukasi dan Pelatihan Keterampilan Memasak terhadap Peningkatan Gizi Keluarga. *Jurnal Ilmu Kesehatan*.



This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) 4.0 license.