

PEMANFAATAN PANGAN LOKAL UNTUK MENINGKATKAN OPTIMAL GROWTH SPURT PADA BALITA

Juhartini¹, Fadila², Warda³, Nurbaya^{4*}

^{1,2,3}Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Ternate, Maluku Utara, Indonesia

⁴Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Mamuju, Sulawesi Barat, Indonesia

tiniasti99@gmail.com¹, fadheaz2711@gmail.com², warda.dinkes@gmail.com³,

nurbaya.m.gizi@gmail.com^{4*}

ABSTRAK

Abstrak: Masa balita merupakan periode *growth spurth* dimana pertumbuhan dan perkembangan otak pada balita terbentuk secara yang optimal. Masalah gizi pada balita akan menghambat *growth spurth*. Kekurangan gizi pada masa balita akan dapat menyebabkan gangguan serius bagi perkembangan otak yang mengakibatkan tingkat kecerdasan anak terhambat. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dan ibu balita dalam mengolah bahan pangan lokal dalam pengolahan pangan lokal tersebut untuk memperbaiki status gizi balita. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan demonstrasi pembuatan makanan berbasis ikan tuna, sebagai salah satu pangan lokal khas Kota Ternate. Kader lalu melakukan pendampingan pada keluarga balita gizi kurang sebagai salah satu bentuk evaluasi. sebanyak 51,07% balita mengalami penambahan berat badan. Balita yang tidak mengalami penambahan atau penurunan berat badan perlu mendapatkan pendampingan oleh Kelompok Peduli Gizi yang telah dibentuk pada kegiatan ini.

Kata Kunci: *growth spurth*; Kader; Posyandu; Balita.

Abstract: *Under-five children is a period of growth spurth where body growth and brain development are formed optimally. Malnutrition in Under-five children will inhibit the growth spurth. Malnutrition can cause serious disturbances in brain development which results in the child's intelligence level being hampered. This community service activity aimed to increase the knowledge and skills of Posyandu cadres and under-five mothers in processing local food ingredients to improve the nutritional status of children. The method used is lectures, discussions, and demonstrations of making tuna-based food, as one of the local foods of Ternate City. The Posyandu cadres then provide assistance to families of undernourished children under five as a form of evaluation. as much as 51.07% of children under five experienced weight gain. Children who do not experience weight gain or loss need to get assistance from the Nutrition Care Group that has been formed in this activity.*

Keywords: *Growth spurth; Cadre; Posyandu; Under-five children.*



Article History:

Received: 23-12-2021

Revised : 14-02-2022

Accepted: 14-02-2022

Online : 16-04-2022



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

A. LATAR BELAKANG

Masa balita disebut sebagai *golden periode* dalam upaya membentuk sumber daya manusia yang berkualitas dan merupakan masa depan. Karena masa balita merupakan periode *growth spurth* dimana pertumbuhan dan perkembangan otak pada balita terbentuk secara yang optimal. Oleh karena upaya perbaikan gizi pada balita sangat penting untuk mencapai *growth spurth* yang optimal (Syafiq, 2021).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan sebanyak 3,9% dan 13,8% balita Indonesia mengalami gizi buruk dan gizi kurang, selain itu, 11,5% dan 19,3% balita mengalami status gizi sangat pendek dan pendek, berturut-turut. Bahkan terdapat beberapa provinsi di Indonesia yang masih memiliki angka gizi kurang pada balita yang tinggi, salah satunya Provinsi Maluku Utara. Sebanyak 5.6% balita mengalami gizi buruk dan 16.6% balita mengalami gizi kurang di Provinsi Maluku Utara. Selain itu, berdasarkan data Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGBI) tahun 2019 menunjukkan prevalensi balita stunting di Maluku Utara masih tinggi yaitu sebanyak 29,09% (Kemenkes RI, 2018; Kemenkes RI & BPS, 2019).

Masalah gizi pada balita akan menghambat *growth spurth*. Kekurangan gizi pada masa balita akan dapat menyebabkan gangguan serius bagi perkembangan otak yang mengakibatkan tingkat kecerdasan anak terhambat. Salah penyebab masalah gizi pada balita antara lain pola asuh yang tidak tepat, termasuk pemberian makanan prelakteal pada bayi, tidak ASI eksklusif dan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dan makanan tambahan pada balita yang tidak optimal (Beal, Tumilowicz, Sutrisna, Izwardy, & Neufeld, 2018). Oleh karena itu kualitas pengasuhan yang diberikan kepada balita adalah faktor penting yang mempengaruhi tumbuhan kembang balita dan status kesehatannya secara umum (Hurley, Yousafzai, & Lopez-Boo, 2016).

Data dinas kesehatan Kota Ternate Maluku Utara, kasus gizi buruk balita (0-59 bulan) berdasarkan indikator BB/TB di wilayah kota Ternate sebanyak 76 kasus balita gizi buruk dan di wilayah kerja Puskesmas Kalumata merupakan jumlah kasus gizi buruk terbesar di Kota Ternate yaitu 23 balita gizi buruk sedangkan berdasarkan BB/U masih terdapat status gizi kurang di beberapa wilayah kerja kota Ternate dan jumlah anak balita yang terbanyak gizi kurang berada di wilayah kerja puskesmas Kalumpang yaitu sebanyak 47 anak sedangkan gizi buruk 5 orang (Dinas Kesehatan Kota Ternate, 2021). Sehingga balita gizi kurang yang berada di kerja Puskesmas Kalumpang menjadi sasaran utama kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu dan ibu balita dalam mengolah bahan pangan lokal. Selain itu, melalui pembuatan nugget ikan tuna diharapkan dapat memperbaiki status gizi balita yang menjadi kelompok sasaran.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Masyarakat Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Ternate selama periode Juni-Desember 2021. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk pelatihan pemanfaatan pangan lokal untuk meningkatkan pertumbuhan optimal pada masa percepatan pertumbuhan (*growth spurth*). Sasaran utama kegiatan ini adalah kader posyandu dan ibu balita yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kalumpang, Kota Ternate. Tim pengabdian masyarakat juga melibatkan Tim PKK sebagai salah satu bentuk membangun kerja sama untuk keberlanjutan kegiatan ini.

Pada tahap awal, tim melakukan advokasi dengan melakukan pertemuan dengan stakeholder terkait antara lain Kepala Puskesmas Kalumpang, Tim PKK, tokoh masyarakat, kader posyandu dan petugas gizi. Tujuan kegiatan advokasi tersebut adalah mensosialisasikan kegiatan kampus dan potensi kerjasama yang akan dijalin dengan masyarakat. Tim juga mengajak stakeholder terkait untuk mendukung dan membangun komitmen bersama dalam upaya perbaikan gizi masyarakat terutama balita.

Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi dan demonstrasi pembuatan makanan berbasis ikan tuna, sebagai salah satu pangan lokal khas Kota Ternate. Materi dalam pelatihan ini adalah mengajarkan cara modifikasi resep makanan lokal tersebut bahan dan alat disediakan oleh tim pengabdian masyarakat. Kegiatan diskusi dan demonstrasi sangat penting dalam proses ini karena akan memudahkan peserta dalam memahami materi dan mampu mempraktikkan langsung di tingkat rumah tangga. Alat yang digunakan dalam kegiatan demonstrasi adalah alat yang sifatnya umum dan sederhana sehingga diasumsikan alat tersebut dimiliki oleh semua keluarga.

Sebanyak 16 kader posyandu dan ibu balita terlibat aktif dalam kegiatan ini. Mereka dilatih dalam melakukan modifikasi resep makanan pangan lokal berupa pembuatan nugget ikan tuna dengan penambahan sayuran. Setelah pelatihan, kader lalu melatih ibu-ibu balita kelompok sasaran tersebut selama 2 bulan untuk melihat adakah perubahan berat badan pada balita yang diintervensi.

Jadi, tim juga melibatkan ibu yang mempunyai balita dengan status gizi kurang pada berkegiatan intervensi pelatihan pembuatan pangan lokal di tingkat rumah tangga. Sebanyak 47 ibu balita yang akan diintervensi terpilih melalui *screening* status gizi balita. Balita ditimbang dan diukur tinggi badannya untuk mengetahui status gizinya. Keluarga dengan balita yang status gizi kurang menjadi kelompok sasaran utama dalam pengabdian masyarakat ini.

Tahap akhir adalah kegiatan evaluasi. Proses evaluasi dilakukan setelah intervensi pendampingan modifikasi resep pangan lokal terhadap sasaran dengan membandingkan hasil penimbangan berat badan sebelum

dan setelah intervensi melalui pendampingan oleh para kader posyandu yang telah dilatih. Pengetahuan dan keterampilan peserta dinilai dari kemampuan mereka dalam mengolah nugget ikan tuna penambahan sayuran.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan kader posyandu karena kader posyandu berperan penting dalam mewujudkan masyarakat yang sehat. Kader Posyandu adalah kelompok masyarakat yang paling dekat di masyarakat yang dapat memantu pertumbuhan balita melalui kegiatan Posyandu. Keterlibatan kader posyandu dalam memberikan pelayanan kesehatan diantaranya dapat memberikan informasi kesehatan kepada masyarakat (Najdah & Nurbaya, 2021; Rahmawati, Hariati, Nurcahyani, & Wahyuni, 2019). Pemberian pelatihan pada kader Posyandu dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka yang dapat mendukung dalam pemberian konseling gizi pada ibu balita (Chandra, 2022).

Selain itu, kegiatan ini juga melibatkan ibu balita yang mengalami gizi kurang sebagai kelompok intervensi karena ibu yang berperan penting dalam kegiatan pengasuhan. Ibu yang berperan utama dalam pemberian makanan pada bayi dan anak (PMBA). Kegiatan pemberian makanan pada balita merupakan salah satu intervensi spesifik dalam meningkatkan status gizi dan mendorong tumbuh kembang balita (Al Rahmad, 2017; Nurbaya, 2021).

Dalam pelatihan ini, tim memilih nugget ikan tuna karena salah satu jajanan lokal yang mudah dibuat di tingkat rumah tangga. Selain itu dengan bahan dasar ikan tuna akan menambah nilai gizi protein hewani. Ikan tuna mengandung protein tinggi dan rendah lemak. Kandungan protein pada ikan tuna sekitar 22,6-26,2 gr/100gr. Kandungan protein yang tinggi sangat baik untuk memperbaiki status gizi balita (Tomastola, 2016; Lastariwati, 2021). Nugget ikan tuna dikombinasikan dengan sayuran agar komposisi nugget ikan tuna tersebut kaya akan vitamin dan mineral mikro dari sayuran. Sehingga modifikasi nugget ikan tuna dengan sayuran ini dapat menjadi makanan yang sehat bergizi untuk memperbaiki status gizi bagi balita.

Pada pelatihan ini, kader dilatih dalam dua tahap. Tahap pertama, mereka diberikan materi tentang stunting dan modifikasi resep nugget ikan tuna. Metode yang digunakan dalam tahap ini adalah ceramah dan diskusi karena dianggap lebih efektif dalam penyampaian informasi gizi (Hapzah & Nurbaya, 2021). Pada tahap kedua, kader dilatih melakukan modifikasi resep dengan menggunakan pangan lokal yaitu pembuatan nugget ikan tuna dengan penambahan sayuran. Salah satu syarat makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang baik adalah makanan yang terbuat dari pangan lokal seperti ikan dan sayuran yang tersedia di rumah tangga

sehingga mudah diperoleh (Momongan & Sahelangi, 2018). Kader berpartisipasi aktif dan melakukan demonstrasi bersama tim dalam pembuatan nugget sehingga mereka dapat melatih ibu balita pada tahap intervensi, seperti terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Pelatihan pembuatan nugget ikan tuna dengan penambahan sayuran

Pada akhir pelatihan, tim pengabdian masyarakat dan stakeholder terkait seperti kepala Puskesmas Kalumpang, koordinator gizi, petugas gizi, tokoh masyarakat dan kader posyandu sepakat dalam membentuk Kelompok Peduli Gizi. Pembentukan Kelompok Gizi merupakan salah satu wujud komitmen stakeholder dan masyarakat dalam upaya mencegah dan mengatasi masalah stunting di masyarakat.

Tujuan pembentukan Kelompok Peduli Gizi adalah agar kader Posyandu lebih siap mengontrol, mengukur status gizi dan berperan aktif dalam penimbangan balita, pencatatan/pengisian KMS, keterampilan dalam interpretasi hasil penimbangan, dan memberikan edukasi tentang pengolahan makanan. Diharapkan kader bisa menjadi fasilitator dalam kesinambungan program kegiatan ini seperti dalam hal pemberian produk pangan lokal. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Chomawati dan Handayani menunjukkan bahwa kegiatan Pos Peduli Gizi Anak Berbasis Potensi Lokal dinilai cukup efektif dalam melakukan pendampingan kasus gizi di masyarakat (Chomawati & Handayani, 2019).

Setelah pelatihan, kader posyandu lalu melakukan pendampingan pada keluarga sasaran yaitu keluarga yang mempunyai balita gizi kurang. Kader mendampingi dan melatih langsung ibu dalam mengolah pangan lokal menjadi nugget ikan tuna kombinasi sayuran. Kegiatan pendampingan ini dilajukan selama 2 bulan yaitu bulan Oktober-November 2021. Ibu dilatih dalam mengolah nugget ikan tuna sayuran tersebut lalu memberikan pada balita mereka selama masa intervensi. Selama masa pendampingan tersebut, tim melakukan monitoring dan evaluasi pada saat kegiatan Posyandu. Tim pengabdian masyarakat menilai keterampilan dan pengetahuan kader dan ibu balita melalui kemampuan mereka dalam mengolah nugget ikan tuna penambahan sayuran dengan baik.

Monitoring dan evaluasi tersebut dilakukan untuk menilai dampak dari pendampingan pada peningkatan berat badan balita. Berdasarkan hasil

evaluasi tersebut bahwa balita mengalami penambahan berat badan dengan rata-rata 0,37 kg sejumlah 24 balita (51,07%), terdapat 4 balita (8,51%) mengalami penurunan berat badan dengan rata-rata 0,52 kg dan yang tidak mengalami penambahan maupun pengurangan berat badan sejumlah 19 balita (40,42%).

Hal ini menunjukkan bahwa pendampingan dengan pemberian nugget ikan tuna sayuran ini dapat meningkatkan berat badan balita. Namun bagi balita yang tidak mengalami perubahan berat badan bahkan mengalami penurunan berat badan perlu mendapatkan pendampingan dari Kelompok Peduli Gizi yang telah dibentuk. Pendampingan pada keluarga balita gizi kurang dapat dilakukan dengan rutin memantau pemberian makanan pendamping dan mengontrol pertambahan berat badan dan tinggi badan setiap bulan.

Pemberian makanan tambahan pada balita sangat penting karena berbagai penelitian telah menyebutkan bahwa pemberian makanan tambahan sangat efektif dalam meningkat berat badan pada balita (Mardiana, Sudirman, & Putri, 2021). Selain itu kegiatan pendampingan kader posyandu pada kelompok ibu sasaran juga berperan penting dalam pemberian MPBA yang baik anak (Shakya et al., 2017).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Kader Posyandu terlibat aktif dalam kegiatan pelatihan pembuatan nugget ikan tuna kombinasi sayuran sebagai salah satu pangan lokal. Kader dapat melakukan demonstrasi secara langsung dan mendampingi ibu balita kelompok intervensi dalam pengolahan nugget ikan tuna. Di akhir pelatihan, peserta mampu mempraktikkan dan mengolah nugget ikan tuna penambahan sayuran dengan baik. Hal tersebut dinilai selama kegiatan pendampingan selama dua bulan. Kader mampu melatih ibu membuat nugget ikan tuna sayuran dan memberikan nugget tersebut pada balita. Berdasarkan hasil evaluasi menunjukkan sebanyak 51,07% balita mengalami penambahan berat badan. Balita yang tidak mengalami penambahan atau penurunan berat badan perlu mendapatkan pendampingan oleh Kelompok Peduli Gizi yang telah dibentuk pada kegiatan ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami sampaikan kepada kader Posyandu dan ibu balita yang telah berpartisipasi aktif pada kegiatan ini. Kami pun mengucapkan terima kasih kepada Stakeholder terkait yaitu Kepala Puskesmas Kalumpang dan tim PKK.

DAFTAR RUJUKAN

Al Rahmad, A. . (2017). Pemberian ASI dan MP-ASI terhadap pertumbuhan bayi usia 6 - 24 bulan. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 17(1), 8–14.

- Beal, T., Tumilowicz, A., Sutrisna, A., Izwardy, D., & Neufeld, L. M. (2018). A review of child stunting determinants in Indonesia. *Maternal and Child Nutrition, 14*(4), 1–10. <https://doi.org/10.1111/mcn.12617>
- Chomawati, R., & Handayani, O. W. K. (2019). Analisis Efektivitas Program Pos Peduli Gizi Anak Berbasis Potensi Lokal (Studi di Daerah Urban Fringe Puskesmas Mijen). *Kesmas Indonesia, 11*(2), 90–105.
- Dinas Kesehatan Kota Ternate. (2021). *Laporan Dinas Kesehatan Kota Ternate*. Kota Ternate.
- Hapzah, & Nurbaya. (2021). Penyuluhan Metode Ceramah terhadap Pengetahuan Ibu tentang Asupan Sayur dan Buah pada Anak SD. *Jurnal Kesehatan Manarang, 7*(1), 16–20. Retrieved from <https://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m/article/view/232>
- Hurley, K. M., Yousafzai, A. K., & Lopez-Boo, F. (2016). Early child development and nutrition: A review of the benefits and challenges of implementing integrated interventions. *Advances in Nutrition, 7*(2), 357–363. <https://doi.org/10.3945/an.115.010363>
- Kemendes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018*.
- Kemendes RI, & BPS. (2019). *Laporan Pelaksanaan Integrasi Susenas Maret 2019 dan SSGBI Tahun 2019*.
- Kereh, P. S., Pascoal, M. E., & Tomastola, Y. A. (2016). Menu “Tuto” Tepung Sagu Arenga Microcarpa Sebagai Mp-Asi Pertama Terhadap Status Gizi Bayi Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Gizido, 8*(1), 45–62.
- Mardiana, Sudirman, & Putri, O. A. (2021). Analisis pemberian makanan tambahan terhadap status gizi bayi-balita. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal, 11*(1), 17–22.
- Momongan, N. R., & Sahelangi, O. (2018). Pelatihan Mp-Asi Pangan Berbasis Lokal Dalam Peningkatan Pengetahuan Ibu Dan Status Gizi Pada Anak di bawah Dua Tahun di Wilayah Puskesmas Kabupaten Minahasa Tenggara. *Jurnal GIZIDO, 10*(2), 93–100. <https://doi.org/10.47718/gizi.v10i2.742>
- Muliadi, T., Khairunnas, & Syafiq, A. (2021). The importance of nutritional intervention among toddlers aged after 24 months for cognitive growth and development (a systematic review). *Majalah Kesehatan, 8*(1), 54–63.
- Najdah, & Nurbaya. (2021). Inovasi Pelaksanaan Posyandu selama Masa Pandemi Covid-19: Studi Kualitatif di Wilayah Kerja Puskesmas Campalagian. *Jurnal Kesehatan Manarang, 7*(November), 67–76. Retrieved from <https://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m/article/view/548>
- Nurbaya. (2021). *Konseling Menyusui* (1st ed.). Banda Aceh: Syiah Kuala University Press.
- Nurbaya, Nurcahyani, I. D., Khomeiny, M., & Chandra, W. (2022). Poltekita : Jurnal Pengabdian Masyarakat. *Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3*(1), 27–35. <https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i1.807>
- Rahmawati, R., Hariati, N. W., Nurcahyani, I. D., & Wahyuni, F. (2019). Penyuluhan Dan Pelatihan Kader Posyandu Sebagai Upaya Peningkatan Wawasan Pelayanan Gizi Bagi Masyarakat. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 2*(1), 29. <https://doi.org/10.31764/jmm.v2i1.1334>
- Shakya, P., Kunieda, M. K., Koyama, M., Rai, S. S., Miyaguchi, M., Dhakal, S., ... Jimba, M. (2017). Effectiveness of community-based peer support for mothers to improve their breastfeeding practices: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE, 12*(5). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0177434>
- Utami, N. D., Ratnaningsih, N., & Lastariwati, B. (2021). Uji Kesukaan dan Kandungan Gizi Tuna Mentai sebagai Alternatif Main Course untuk Mencegah Stunting. *AGROINTEK: Jurnal Teknologi Industri Pertanian, 15*(1), 382–388. <https://doi.org/10.21107/agrointek.v15i1.8862>