

Pemberian Makanan Tambahan pada Balita dengan Bahan Dasar Ikan Lele di Desa Macanan dan Desa Soco Jogorogo Ngawi

Supplementary Feeding for Toddlers with Catfish-Based Ingredients in Macanan and Soco, Jogorogo, Ngawi.

Cecep Sobar Rochmat¹, Qothrunnadaa Fajr Rooiqoh^{2*}, Muhamad Fajar Pranomo³
Yunita Kumala⁴, Mutiara Ramadhania Fitri⁵, Yabda Alib Oktaria⁶, Siti Utammi Rizkkiyahwati⁷, Sahiqa Chairani Iqlima⁸, Sofiatun Annayah⁹, Riski Yuniarti¹⁰, Ninda Lestari Onykene¹¹

¹Prodi Pendidikan Agama Islam, Fakultas Tarbiyah, Universitas Darussalam Gontor

^{2*,4,5,7,9} Prodi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Darussalam Gontor

³ Prodi Aqidah dan Filsafat Ilmu, Fakultas Ushuludin, Universitas Darussalam Gontor

^{4,11} Prodi Ilmu Al Quran dan Tafsir, Fakultas Ushuludin, Universitas Darussalam Gontor

^{6,8,10} Prodi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Darussalam Gontor

Informasi Artikel

Submit : 07-04-2024

Diterima : 06-07-2024

Dipublikasikan: 15-07-2024

ABSTRACT

Nutritional problems among toddlers in Indonesia are still a serious concern. The prevalence of wasted (malnourished) toddlers and stunted toddlers (failure to grow optimally) remains high. One strategy to overcome this problem is through providing additional food made from local food. This article discusses the importance of providing additional food using catfish as the basic ingredient in two villages, namely Macanan and Soco Villages, Jogorogo District, Ngawi Regency. Apart from providing additional food, this approach also involves education, counseling and nutritional counseling to accelerate changes in the behavior of mothers and families in providing appropriate food according to the age of toddlers.

Keywords:: providing supplementary food, toddlers, catfish

ABSTRAK

**Alamat Penulis Korespondensi:*

Qothrunnadaa Fajr R, M.Gz.;

Universitas Darussalam Gontor

Phone: 085726498440

Email:

qothrunnadaa@unida.gontor.ac.id

Masalah gizi pada balita di Indonesia masih menjadi perhatian serius. Prevalensi balita wasting (kurang gizi) dan balita stunting (gagal tumbuh optimal) tetap tinggi. Salah satu strategi untuk mengatasi masalah ini adalah melalui PMT berbahan pangan lokal. Artikel ini membahas pentingnya PMT dengan menggunakan bahan dasar ikan lele di dua desa, yaitu Desa Macanan dan Soco, Kecamatan Jogorogo, Kabupaten Ngawi. Selain memberikan makanan tambahan, pendekatan ini juga melibatkan edukasi, penyuluhan, dan konseling gizi untuk mempercepat perubahan perilaku ibu dan keluarga dalam memberikan makan yang tepat sesuai dengan umur balita.

Kata kunci: pemberian makanan tambahan, balita, ikan lele

PENDAHULUAN

Ikan lele merupakan salah satu jenis ikan yang dapat diolah menjadi makanan tambahan bagi balita. Pemberian makanan tambahan ini diperlukan karena kekurangan gizi yang sering dialami balita. Kondisi ini dapat menyebabkan anak-anak mengalami berbagai macam penyakit, sehingga perlu diatasi

dengan cara memberikan PMT yang tepat. Pada Desa Macanan dan Soco, ikan lele menjadi salah satu bahan utama yang digunakan untuk membuat PMT. Ikan lele memiliki kandungan gizi yang tinggi, sehingga sangat cocok digunakan sebagai bahan dasar PMT. Selain itu, ikan lele juga mudah didapat dan murah, sehingga dapat digunakan oleh masyarakat umum.

Kandungan protein ikan lele sebanyak 16,20 gram/100 gram (1)(2). Ikan lele kaya kandungan asam amino pada ikan lele yaitu lisin dan leusin yang berfungsi dalam pertumbuhan, perbaikan jaringan serta pembentukan protein otot (3)(4). Kandungan protein dalam ikan lele dapat digunakan untuk menghasilkan antibodi, perbaikan jaringan, serta membantu penyerapan kalsium (5). Permasalahan kekurangan gizi pada balita saat ini masih menjadi hal yang cukup mendapatkan banyak perhatian karena dapat merugikan tidak saja bagi anak-anak tersebut tapi juga bagi negara. Dampak akibat kekurangan gizi pada balita jika tidak segera ditangani dapat bertahan sampai dewasa dan tidak dapat diperbaiki kembali sehingga menjadi beban bagi suatu negara. Kekurangan gizi pada balita bukan hanya dikarenakan kandungan gizi dalam makanan yang kurang, akan tetapi juga disebabkan penyakit infeksi sehingga mempengaruhi daya tahan dan asupan makan pada balita. Kurang gizi dapat ditunjukkan dengan adanya penurunan berat badan yang terjadi dalam waktu dekat dan parah, dapat disebabkan karena tidak memiliki cukup makanan untuk dimakan dan/atau menderita penyakit menular, seperti diare, yang menyebabkan mereka kehilangan berat badan (6).

Balita yang mengalami permasalahan gizi *underweight* berdasarkan hasil Riskesdas prevalensi berat-kurang (*underweight*) menurut provinsi dan nasional. Secara nasional, prevalensi berat-kurang pada tahun 2013 adalah 19,6 persen, terdiri dari 5,7 persen gizi buruk dan 13,9 persen gizi kurang. Tahun 2018 balita yang gizi buruk mengalami penurunan menjadi 17,7% yang terdiri dari balita gizi buruk sebesar 3,9% dan gizi kurang sebesar 13,8%. Tahun 2021 berdasarkan data SSGI balita yang mengalami *underweight* sebesar 17,0% dan *wasted* sebesar 7,1% walaupun sudah mengalami penurunan kondisi *wasted* di Indonesia belum mencapai target nasional < 5%. Berdasarkan hasil Riskesdas prevalensi anak balita yang pendek secara nasional tahun 2013 adalah 37,2 persen, yang berarti terjadi peningkatan dibandingkan tahun 2010 (35,6%) dan 2007 (36,8%). Tahun 2018 balita yang pendek mengalami penurunan menjadi 30,8% yang terdiri dari balita sangat pendek sebesar 11,5% dan balita pendek sebesar 19,3% [4]. Tahun 2021 berdasarkan data SSGI balita yang mengalami *stunted* sebesar 24,4% walaupun sudah mengalami penurunan kondisi *stunting* di Indonesia belum mencapai target nasional < 20% (7) (8).

Pemerintah Indonesia saat ini sedang melaksanakan berbagai hal dalam perbaikan permasalahan gizi salah satunya *stunting*. Salah satu target dalam SDGs sebagai tujuan pembangunan berkelanjutan ke-2 yaitu mengatasi kelaparan dan segala bentuk malnutrisi pada tahun 2030 serta mencapai ketahanan pangan. Dalam rangka mewujudkan target SDGs, pemerintah menjadikan *stunting* sebagai salah satu program prioritas. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 39 Tahun 2016 tentang Pedoman Penyelenggaraan Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga, salah satu upaya yang dilakukan yaitu menyelenggarakan kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) untuk balita (9).

METODE

Penelitian ini melibatkan dua Desa di Kabupaten Ngawi, yaitu Desa Macanan dan Desa Soco. Pemberian makanan tambahan berbahan dasar ikan lele diberikan kepada balita dengan komposisi yang memperhatikan kebutuhan gizi. Selain memberikan makanan tambahan, para kader posyandu juga mendapatkan edukasi tentang pemilihan bahan makanan, penyiapan makanan, dan keamanan pangan. Program PMT berbasis ikan lele di Desa Macanan dan Desa Soco, Kecamatan Jogorogo, Ngawi, diimplementasikan melalui serangkaian langkah sebagai berikut:

1. Penyusunan Rencana Program: Bekerja sama dengan ahli gizi terkait untuk menyusun rencana program PMT berbasis ikan lele, termasuk penetapan target kader posyandu yang akan menjadi peserta dalam perlombaan pembuatan PMT.
2. Pelatihan bagi Kader Posyandu: Para kader posyandu mendapatkan pelatihan tentang pentingnya gizi seimbang untuk pertumbuhan anak, cara memilih, memasak, dan menyajikan makanan bergizi, khususnya yang berbasis ikan lele.

3. Persiapan dan Penyajian Makanan: Membuat, mempersiapkan dan menyajikan hidangan PMT berbasis ikan lele sesuai dengan resep yang telah ditetapkan. Hidangan tersebut kemudian disajikan untuk penilaian dengan dewan juri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perlombaan pembuatan PMT bertujuan untuk mendorong pengetahuan ibu kader posyandu tentang memanfaatkan bahan lokal sebagai bahan PMT. Pada acara ini para peserta bukan hanya bersaing dalam keindahan dan kerapihan plating melainkan kandungan gizi dari setiap makanan yang disajikan. Penyajian yang indah dan rapi serta komposisi makanan yang sehat dan bergizi akan dinilai dari perlombaan ini. Pemenang perlombaan pembuatan PMT berbahan lokal dengan rekapitulasi Juara 1 Soco 2, Juara 2 Macanan 4, dan Juara 3 Soco 4. Pada acara ini dapat memberi bekal dan pengetahuan baru bagi para kader posyandu dalam mencegah stunting pada balita dan diterapkan dalam masyarakat kecamatan Jogorogo.

Kegiatan pelaksanaan program PMT berbasis ikan lele di Desa Macanan dan Soco yaitu:

1. Pemilihan desa: Angka stunting di Desa Macanan dan Desa Soco termasuk yang tinggi di Kecamatan Jogorogo dan permasalahan yang masih kurang dalam mengolah pembuatan PMT.
2. Partisipasi Aktif Masyarakat: Program ini didukung oleh partisipasi aktif dari masyarakat setempat, terutama para ibu kader posyandu yang turut terlibat dalam persiapan dan penyajian makanan tambahan.
3. Ketersediaan Pasokan Ikan Lele: Kerjasama dengan petani ikan lokal memastikan ketersediaan pasokan ikan lele yang memadai untuk kebutuhan program, sehingga program dapat berjalan lancar dan berkelanjutan.



Gambar 1 PMT olahan ikan lele

Inovasi PMT berbasis pangan lokal dalam pencegahan stunting membahas terkait dalam asupan gizi dan status kesehatan kurang pada balita, ketahanan pangan dalam ketersediaan, keterjangkauan dan akses pangan bergizi, lingkungan sosial yang mencangkup norma, makanan bayi dan anak, higien sanitasi pada bahan dan alat yang akan digunakan. Dampak stunting terdapat 2 jangka yaitu dalam jangka pendek dapat menyebabkan gagal tumbuh, perkembangan kognitif dan motorik terhambat, bentuk fisik tidak optimal, dan gangguan pada metabolisme tubuh. Pada jangka panjang stunting dapat berdampak pada kapasitas intelektual menurun, gangguan struktur dan fungsi saraf serta sel-sel otak, penyerapan pelajaran atau pengetahuan menurun sehingga menyebabkan produktivitas menurun dan dapat meningkatkan resiko PMT seperti penyakit diabetes melitus, hipertensi, jantung koroner dan stroke (10).

PMT berbasis pangan lokal yang biasanya digunakan untuk meningkatkan gizi pada balita atau pun anak yang mengandung lemak, vitamin, protein, karbohidrat yang cukup. Jenis PMT terdapat 2 yaitu PMT penyuluhan yang bertujuan untuk sarana edukasi dalam pemberian makanan kepada balita dengan kisaran umur 6-59 bulan sedangkan PMT penyuluhan bertujuan untuk memperbaiki status gizi pada balita yang mengalami beberapa permasalahan seperti pada berat badan balita yang tidak naik dan gizi yang kurang. PMT memiliki prinsip pada balita seperti makanan lengkap siap santap atau kudapan yang memiliki protein dari 2 macam sumber protein yang berbeda, lalu berupa tambahan dan bukan

pengganti makanan utama, dan untuk MT balita gizi diberikan selama 4-8 minggu dan diberikan setiap hari dengan komposisi sedikitnya 1 kali makanan lengkap seminggu dan sisanya kudapan (11).

KESIMPULAN

Kesimpulan dari implementasi Program PMT berbasis ikan dikarnakan untuk meningkatkan bahan pangan lokal sebagai olahan makanan tambahan untuk balita yang kaya akan tinggi protein.

SARAN

Peningkatan efektivitas dan keberlanjutan PMT berbasis ikan lele, diperlukan upaya intensif dalam pemantauan dan evaluasi rutin, penguatan sosialisasi serta pendidikan kepada masyarakat, yang didukung oleh kerjasama yang lebih luas dengan pihak terkait, pengembangan inovasi dalam program, pemberdayaan komunitas lokal, dan pemantapan pasokan ikan lele. Diharapkan program PMT dapat terus berkembang dan memberikan dampak positif yang signifikan dalam meningkatkan status gizi anak-anak di wilayah tersebut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada KKN 35 Universitas Darussalam Gontor dan Lembaga Penelitian dan Pengabdian masyarakat (LPPM) yang telah memberikan dukungan sehingga terlaksana kegiatan ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan

DAFTAR PUSTAKA

1. Mahmud, M. K., Hermana, N., Marudut, S., & Zulfianto, N. A. (2018). Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) 2017. Jakarta: Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat. Direktorat Gizi Masyarakat. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
2. Pratama, A. E., Ridho, R., Adharani, N., & Kurniawati, A. (2019). Suplementasi Tepung Ikan Lele Dumbo (*Clarias gariepinus*) Untuk Meningkatkan Kandungan Protein Pada Kue Terang Bulang. *Jurnal Lemuru*, 1(1), 18–25.
3. Hardinsyah, M. S., & Supariasa, I. D. (2016). Ilmu gizi teori dan aplikasi. Jakarta: EGC
4. Asriani, A., Santoso, J., & Listyarini, S. (2019). Nilai Gizi Konsentrat Protein Ikan Lele Dumbo (*Clarias Gariepinus*) Ukuran Jumbo. *Jurnal Kelautan dan Perikanan Terapan (JKPT)*, 1(2), 77–86.
5. Mukminah, N., Lestari, C., & Agustiana, M. (2018). Penambahan Daging Ikan Lele (*Clarias Sp*) Terhadap Kadar Protein dan Organoleptik Chips Ikan. *Jurnal Ilmiah Ilmu dan Teknologi Rekayasa*, 1(1), 46–53
6. Puhi CN, Sudirman AN, Febriyona R. Studi Literatur: Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Diare pada Balita 0-5 Tahun. *Jurnal Nurse*. 2023 Mar 9;6(1):39-50.
7. Kemenkes RI. Hasil Utama RISKESDAS 2018 Provinsi Jawa Timur. Jakarta: Kemenkes RI; 2013.
8. Kemenkes RI. Hasil Utama RISKESDAS 2018 Provinsi Jawa Timur. Jakarta: Kemenkes RI; 2018.
9. Kemenkes. (2016). Pedomam Umum Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
10. Rahmidini A, ST S, Keb M. Stunting Literatur Review: Hubungan Stunting Dengan Perkembangan Motorik Dan Kognitif Anak. *Injurnal Seminar Nasional 2020 Apr 24 (Vol. 2, No. 01, pp. 90-104)*.

11. Kemenkes RI. Petunjuk Teknis Pemberian Tambahan (PMT) Berbahan Pangan Lokal Untuk Balita dan Ibu Hamil. Jakarta: Kemenkes RI; 2023.