



PELATIHAN PEMBERIAN MAKANAN PADA BAYI DAN ANAK (PMBA) PADA KELOMPOK POSYANDU PLOSOSARI PURI

Tria Wahyuningrum, Lida Khalimatus Sa'diya
Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

| Artikel info | ABSTRAK |
|---|--|
| <p>Corresponding Author:</p> <p>Tria Wahyuningrum triyuss@gmail.com Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia</p> | <p>Status gizi anak yang optimal terkadang terhambat pada pola makan anak. Salah satu hambatan anak yang membuat anak tidak mencapai perkembangan dan pertumbuhan optimal adalah pola makan yang sehat dan seimbang. Disebutkan dimana anak akan terbiasa memilih milih jenis makanan tertentu yang akan dimakan dan menolak makanan yang tidak diinginkannya. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pelatihan kepada orang tua atau pengasuh tentang cara pemberian makanan sehat dan kreatif pada bayi dan anak untuk mengatasi anak yang mengalami gangguan makan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pengisian kuesioner pretest. Pretest dilakukan dengan menyebarkan kuesioner Kuesioner sudah diisi oleh 35 responden yang bersedia mengikuti kegiatan pengabdian. Kuesioner berisi tentang penggalian pengetahuan responden tentang pemberian makanan pada bayi dan anak yaitu sejumlah 15 pertanyaan. Kemudian sasaran pengabdian menerima edukasi atau penyampaian materi dari narasumber, setelah itu mengisi kuesioner posttest dengan kuesioner yang sama. Hasil dari pengisian kuesioner adalah terjadi peningkatan tingkat pengetahuan pada orang tua yang memiliki anak setelah mengikuti pengabdian masyarakat tentang pelatihan pemberian makanan pada bayi dan anak dengan gangguan makan. Saran untuk para orang tua adalah lebih memantau kesehatan putra putrinya dalam pertumbuhan dan perkembangannya, agar dapat meminimalis gangguan makan pada anak.</p> <p>Keywords: <i>Pemberian makanan bayi dan anak, pelatihan</i></p> |
| <p>This article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License (https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)</p> | |

PENDAHULUAN

Anak usia dini mengalami pertumbuhan dan perkembangan secara terus menerus dan bertahap (Harahap, 2021). Sampai usia 6 tahun anak mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang pesat. Tumbuh kembang yang normal akan dialami oleh anak yang sehat. Anak yang sehat adalah anak yang memiliki status gizi yang seimbang. Dalam perjalanannya, orang tua dalam menjaga status gizi anak agar optimal tidak selalu mudah. Terdapat banyak hambatan atau gangguan pada pola makan anak. Salah satu hambatan

anak yang membuat anak tidak mencapai perkembangan dan pertumbuhan optimal adalah karena mengalami gangguan makan. Disebutkan dimana anak yang mengalami gangguan makan akan terbiasa memilih jenis makanan tertentu yang akan dimakan dan menolak makanan yang tidak diinginkannya (Syaputri et al., 2023).

Adanya sensus yang dilakukan oleh World Health Organization adalah pada tahun 2015 terdapat data yaitu adanya kekurangan pada anak sekitar 14,3% dengan total anak yang mengalami kekurangan yaitu 95,2 juta anak. Total tersebut termasuk penelitian tentang gangguan makan terjadi pada usia 2-4 tahun dan memiliki kemungkinan besar memiliki berat badan rendah daripada anak yang bukan gangguan makan (Santi, 2017). Fenomena gangguan makan anak sering menjadi masalah bagi orang tua, factor kesulitan makan pada anak inilah yang sering dialami oleh sekitar 25% pada usia anak. Sebuah tinjauan Pustaka menunjukkan bahwa 505 dari anak berusia 18-23 bulan diidentifikasi sebagai gangguan makan (Darmawan, 2018).

Dampak anak yang memilih makanan ada beberapa macam yaitu karena anak memiliki jenis makanan tertentu maka ia memiliki kemungkinan untuk obesitas, karena ia cenderung memilih makanan yang memiliki lemak yang tinggi dan tidak bergizi, anak yang *picky eating* memiliki kemungkinan perkembangan mental yang lebih rendah 14 point dari anak yang memiliki kecukupan gizi, dan juga jika anak mengalami pemilihan jenis makanan tertentu maka kemungkinan besar anak mengalami sembelit kronis (Sari, 2017).

Dampak lain adalah anak yang gangguan makan ditandai dengan adanya gangguan selama masa pertumbuhan dengan memperlihatkan berat badan, tinggi badan yang kurang serta memiliki kesulitan dalam meningkatkan berat badan. Gangguan makan menyebabkan anak mengalami asupan gizi yang terbatas sehingga berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan yang lambat (Rahmawati et al., 2022).

Dengan melihat kondisi ini, diperlukan peran orang tua yang besar untuk pemenuhan nutrisi anak yang mengalami *picky eating*. Orang tua dapat memodifikasi menu makanan dengan cara yang menarik dan unik agar dapat meningkatkan selera makan anak. Menu kreatif dengan bahan seimbang untuk pemenuhan nutrisi berupa karbohidrat, lemak, vitamin, mineral. Orang tua dapat mengubah tampilan makanan sehari-hari dengan sekreatif mungkin untuk dengan bahan nasi, sayur, lauk dan buah agar menu seimbang bisa terpenuhi dan menarik.

METODE

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat tentang pelatihan pemberian makan pada bayi dan anak pada kelompok Posyandu Plososari Puri Mojokerto

a. Sasaran Pengabdian

Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah Kelompok Posyandu Plososari, Puri Mojokerto yaitu ibu/orang tua yang memiliki anak usia 6 bulan-3 tahun di Posyandu Plososari, Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto sejumlah 52 orang.

b. Metode Pengabdian

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain pre test pengetahuan ibu tentang jenis makanan yang baik untuk bayi dan anak,

makanan sehat pada bayi dan anak, pemilihan snack dan makanan pendamping yang sesuai untuk bayi dan anak.

c. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Mekanisme kerja selama pelaksanaan program ini pertama-tama adalah tim pengusul terjun langsung ke lapangan dan melihat kondisi serta permasalahan yang ada. Kemudian setelah program PKM ini disetujui, tim pengusul diskusi untuk membuat *workplan* (rencana kerja), yang berupa nama kegiatan serta waktu pelaksanaan. Dimana masing-masing kegiatan akan terdapat penanggung jawab, sehingga kegiatan sesuai dengan yang telah ditentukan. Mitra berkontribusi dalam memberikan gambaran permasalahan sehingga tim pengusul dapat dengan jelas menawarkan solusi. Selama pelaksanaan mitra menyediakan tempat saat kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan adalah :

- a. Pre test pengetahuan tentang pemberian makanan pada bayi dan anak
Peserta mengisi instrument untuk menilai pengetahuan tentang pemberian makanan pada bayi dan anak sebelum dilakukan pelatihan.
- b. Pelaksanaan pelatihan pemberian makanan pada bayi dan anak
Pelatih menjelaskan pemberian makanan pada bayi dan anak dengan menampilkan materi dan video di LCD, serta pelatih memberikan leaflet tentang t pemberian makanan pada bayi dan anak. Peserta melakukan praktik pemijatan pada anaknya masing-masing dengan menggunakan minyak balur yang diberikan oleh pelatih.
- c. Post test pengetahuan tentang pemberian makanan pada bayi dan anak
Peserta mengisi instrument untuk mengevaluasi pengetahuan tentang baby massage setelah dilakukan pelatihan

HASIL

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 08 Nopember 2023 di Polindes Desa Plososari Puri Kabupaten Mojokerto. Kegiatan ini diikuti oleh 52 responden (ibu/pengasuh) yang memiliki anak/balita mulai usia 3 – 36 bulan. Selain dihadiri oleh tim pengabdian masyarakat, kegiatan ini juga diikuti oleh bidan desa, ibu kader dan petugas kesehatan lainnya yang ada di polindes.

Berdasarkan tabel 1 didapatkan sebagian besar umur anak/balita adalah 25-36 bulan yaitu sebesar 25 peserta (45,3%) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 peserta (62,1%). Sedangkan usia orangtua anak/balita yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah rentang usia 20-30 tahun sebanyak 35 tahun (63,2%). Menurut usia anak 25-36 bulan merupakan usia *golden age* yang sangat penting bagi tumbuh kembang balita. Tumbuh kembang yang baik adalah hasil dari faktor yang mempengaruhi termasuk faktor genetik, lingkungan, perilaku dan stimulasi atau rangsangan. Faktor genetic dari jenis kelamin sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang, jenis kelamin laki-laki lebih cepat dari pada anak dengan jenis kelamin perempuan (DEPKES RI, 2018).

Tabel 4.1 Karakteristik Sasaran Pengabdian Masyarakat

| Karakteristik | Frekuensi | |
|--|-----------|-------|
| | n | f (%) |
| Usia Ibu | | |
| 23-28 | 13 | 40.6 |
| 29-34 | 15 | 42.8 |
| 35-40 | 7 | 20 |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-laki | 0 | 0 |
| Perempuan | 35 | 100 |
| Hubungan dengan anak | | |
| Orang tua | 35 | 100 |
| Pengasuh anak | 0 | 0 |
| Saudara anak | 0 | 0 |
| Pendidikan Terakhir | | |
| SMP | 0 | 0 |
| SMA | 18 | 51.4 |
| Perguruan Tinggi | 17 | 48.5 |
| Pekerjaan | | |
| IRT | 30 | 85.7 |
| Bekerja | 5 | 14.2 |
| Usia Anak | | |
| 3-4 tahun | 12 | 34.2 |
| 5 tahun | 13 | 37.1 |
| 6-7 tahun | 10 | 28.5 |
| Anak menyukai dan tertarik dengan makanan | | |
| Selalu | 10 | 28.5 |
| Sering | 6 | 17 |
| Kadang-kadang | 8 | 22.8 |
| Jarang | 4 | 11.4 |
| Tidak Pernah | | |
| Anak menolak makanan baru pada awalnya | | |
| Selalu | 8 | 22.8 |
| Sering | 7 | 20 |
| Kadang-kadang | 4 | 11.4 |
| Jarang | 6 | 17 |
| Tidak Pernah | | |
| Anak lebih tertarik pada menu yang sama setiap harinya | | |

| | | |
|---|----|------|
| Selalu | 3 | 8 |
| Sering | 7 | 20 |
| Kadang-kadang | 7 | 20 |
| Jarang | 8 | 22.8 |
| Tidak Pernah | 10 | 28.5 |
| <hr/> | | |
| Anak menikmati berbagai jenis dan variasi makanan | | |
| Selalu | 8 | 22.8 |
| Sering | 9 | 25.7 |
| Kadang-kadang | 3 | 8 |
| Jarang | 8 | 22.8 |
| Tidak Pernah | 7 | 20 |
| <hr/> | | |
| Orang tua selalu menuruti kehendak anak tentang makanan anak | | |
| Selalu | 9 | 25.7 |
| Sering | 8 | 22.8 |
| Kadang-kadang | 5 | 14 |
| Jarang | 8 | 22.8 |
| Tidak Pernah | 5 | 14 |
| <hr/> | | |
| Orang tua suka menyajikan makanan baru dan bervariasi pada anak | | |
| Selalu | 5 | 14 |
| Sering | 8 | 22.8 |
| Kadang-kadang | 5 | 14 |
| Jarang | 8 | 22.8 |
| Tidak Pernah | 9 | 25.7 |
| <hr/> | | |
| Total | 35 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas, usia ibu yang menjadi peserta pengabdian masyarakat adalah berada pada rentang usia 29 – 34 tahun sebanyak 15 responden (42.8%). Sedangkan untuk Pendidikan terakhir responden yang mengikuti adalah SMA sebanyak 18 orang (51.4%). Pekerjaan sebagian besar menjadi ibu rumah tangga sebanyak 30 responden (85.7%). Untuk usia anak 5 tahun sebanyak 13 responden (37.1%).

Tabel 4.1 Tingkat Pengetahuan Responden tentang Pemberian Makanan Pada Bayi Dan Anak (PMBA)

| No. | Pre Test | Post Tes |
|-----|----------|----------|
|-----|----------|----------|

| | Tingkat Pengetahuan | n | f (%) | n | f (%) |
|---|---------------------|----|-------|----|-------|
| 1 | Baik | 10 | 28.5 | 18 | 51.4 |
| 2 | Cukup | 15 | 42.8 | 12 | 34.2 |
| 3 | Kurang | 10 | 28.5 | 5 | 14 |
| | Jumlah | 35 | 100 | 35 | 100 |

Berdasarkan tabel diatas bahwa pada saat pre test sebanyak 15 responden (42.8%) berada pada tingkat pengetahuan cukup. Sedangkan pada saat post tes Sebagian besar responden berpengetahuan baik yaitu sebanyak 18 responden (51.4%). Ada perbedaan rata-rata pengetahuan responden tentang pemberian makan pada bayi dan anak antara sebelum diberikan edukasi dan sesudah edukasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Naulia, RP (2021) yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan bermakna antara pengetahuan dan sikap ibu dalam pemenuhan nutrisi sebelum dan setelah edukasi gizi pada balita.

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap suatu obyek melalui panca indera yang dimilikinya. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba (Notoatmodjo, 2014). Penangkapan pengetahuan yang diberikan melalui indera penglihatan ialah 75% - 87%, melalui indera pendengaran ialah 13%, dan 12% dari indera yang lain. Semakin banyak indera yang dilibatkan dalam penangkapan pesan maka semakin mudah pesan dapat diterima oleh sasaran pendidikan (Notoatmodjo, 2007b). Pada penelitian ini pengetahuan ibu balita dapat diperoleh melalui indera penglihatan dan pendengaran, yaitu dengan penyuluhan menggunakan media LCD dan power point. Penelitian lain yang juga menggunakan media LCD dan power point menunjukkan ada perbedaan signifikan skor pengetahuan pada ibu sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan media LCD (Fitriani, 2015). Aspek visual pada gambar LCD serta video lebih memudahkan dalam menerima informasi atau materi pendidikan (Notoatmodjo, 2003).



Foto 1



Foto 2



Foto 3



Foto 4

Foto 1 Pengambilan data pretest, Foto 2 dan 3 Pemberian materi pelatihan pemberian makanan pada bayi dan anak, Foto 4 Pengambilan data post tes

SIMPULAN

- a. Sebagian besar usia anak/balita yang mengikuti kegiatan pengabmas ini yaitu antara 25 – 36 bulan yaitu sebesar 25 anak (45,3%).
- b. Sebagian besar usia orang tua yang mengikuti kegiatan pengabmas ini yaitu pada rentang usia 20 – 30 tahun yaitu sebesar 35 orang (63,2%)
- c. Berdasarkan hasil pre test sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar 21 orang (40,4%).
- d. Berdasarkan hasil post test sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar 24 orang (46,2%).

DAFTAR PUSTAKA

- Darmawan, T. C. (2018). Hubungan Pola Nutrisi dengan Kejadian Stunting pada Balita Madura. *Jurnal Keperawatan*.
- DEPKES RI. (2018). Pelayanan Stimulasi Deteksi Intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*.
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Harahap, A. Z. (2021). Pentingnya Pendidikan Karakter Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Usia Dini*. <https://doi.org/10.24114/jud.v7i2.30585>
- Rahmawati, R., Puhadi, P., & Christina, C. (2022). EFEKTIFITAS PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (PMT) TELUR TERHADAP PERUBAHAN BERAT BADAN PADA BALITA BAWAH GARIS MERAH (BGM) USIA 1-5 TAHUN DI PUSKESMAS GROBOGAN KABUPATEN GROBOGAN. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*. <https://doi.org/10.31596/jcu.v11i1.1039>
- Santi, E. (2017). Peningkatan Kemampuan Ibu Melakukan Stimulasi Perkembangan Makan Toddler Picky Eater. *Dunia Keperawatan*, 4(2), 71.
<https://doi.org/10.20527/dk.v4i2.2506>

Sari, E. (2017). STATUS GIZI BALITA DI POSYANDU MAWAR KELURAHAN DARMOKALI SURABAYA. *E-Journal STIKes William Booth Surabaya*.

Syaputri, S., Mahmudah, N. A., Dea, N. F., Larasati, P., Kharisma, P. R., Dinata, R. R., Tanjung, A.-R., Susanti, M. P. I., & Novitasari, D. (2023). Pemberian Edukasi Nutrisi Balita. *Kolaborasi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
<https://doi.org/10.56359/kolaborasi.v3i4.278>