

MANFAAT NUGGET LELE UNTUK MENGATASI BALITA BGM (BAWAH GARIS MERAH) PADA BALITA DI DESA MERAK BATIN DUSUN CITEREP KECAMATAN NATAR LAMPUNG SELATAN

Ike Ate Yuviska¹, Dewi Yuliasari²

^{1,2}Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati
Email Korespondensi :dewiyuliasari@malahayati.ac.id

ABSTRAK

Masa balita merupakan periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Kesehatan seorang balita sangat dipengaruhi oleh gizi yang diserap oleh tubuh mengakibatkan mudah terserang penyakit karena gizi memberi pengaruh yang besar terhadap kekebalan tubuh (Ellya, 2010).

Gizi memegang peranan penting dalam Siklus hidup manusia. Kekurangan gizi pada bayi dan balita dapat menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan, apabila tidak diatasi dapat berlanjut hingga dewasa dimana tidak dapat mencapai tumbuh kembang optimal sehingga sangat di perlukan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang cukup dan bermutu sejak bayi berumur 6 bulan sampai 24 bulan, dan meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih (Nurheti,2010).

Penyuluhan ini bertujuan untuk mengetahui Untuk melihat gambaran, menganalisa dan melakukan Intervensi terhadap masalah yang menjadi prioritas kesehatan masyarakat di Desa Merak Batin Dusun Citerep Kecamatan Natar Lampung Selatan.

Hasil penyuluhan diperoleh Menurut Departemen Kesehatan (2005) Balita Bawah Garis Merah (BGM) adalah balita yang saat ditimbang berat badannya berada pada garis merah atau di bawah garis merah pada Kartu Menuju Sehat (KMS). Berat badan yang berada di Bawah Garis Merah (BGM) pada KMS merupakan perkiraan untuk menilai seseorang menderita gizi buruk, tetapi bukan berarti seseorang balita telah menderita gizi buruk, karena ada anak yang telah mempunyai pola pertumbuhan yang memang selalu dibawah garis merah pada KMS. Berat Badan di Bawah Garis Merah (BGM) bukan menunjukkan keadaan gizi buruk tetapi sebagai peringatan untuk konfirmasi dan tindak lanjut. Hal ini tidak berlaku pada anak dengan berat badan awalnya sudah berada dibawah garis merah. Ikan termasuk hewan bertulang belakang (vertebrata) yang hidup di air . ikan di klasifikasikan ke dalam Filum Chordata dengan karakteristik memiliki insang yang berfungsi untuk mengambil oksigen terlarut dari air dan memiliki sirip untuk berenang. Ikan dapat ditemukan hampir di semua tipe perairan di dunia dengan bentuk dan karakter yang berbeda-beda (Adrim, 2010). Ikan lele yang hidup di air tawar ini kaya akan gizi sebagai penyedia protein yang baik, selain itu mengandung fosfor, kalium, lemak, omega - 3, omega - 6, dan vitamin B12 dengan kandungan merkuri yang rendah (Rukmana dkk., 2017).

Kata Kunci : Gizi, Balita, NuggetLele

ABSTRACT

Toddlerhood is a period of rapid physical and mental development. The health of a toddler is greatly influenced by the nutrients absorbed by the body

resulting in susceptibility to disease because nutrition has a major influence on the body's immunity (Ellya, 2010).

Nutrition plays an important role in the human life cycle. Malnutrition in infants and toddlers can cause growth and development disorders, if not addressed it can continue into adulthood where optimal growth and development cannot be achieved so that it is very necessary to provide adequate and quality complementary food for ASI (MP-ASI) from the age of 6 months to 24 months, and continue breastfeeding until the child is 24 months or more (Nurheti, 2010).

This counseling aims to know To see an overview, analyze and intervene on problems that are a priority for public health in Merak Batin Village, Citerep Hamlet, Natar District, South Lampung.

According to the Ministry of Health (2005) the results of the counseling are toddlers whose weight is at the red line or below the red line on the Towards Health Card (KMS). Weight below the red line (BGM) on the KMS is an estimate to assess someone suffering from malnutrition, but it does not mean that someone under five has suffered from malnutrition, because there are children who already have a growth pattern that is always below the red line on the KMS. Weight Below the Red Line (BGM) does not indicate a state of malnutrition but serves as a warning for confirmation and follow-up. This does not apply to children whose initial weight is below the red line. Fish are vertebrates that live in water. Fish are classified into the Phylum Chordata with the characteristics of having gills that function to take dissolved oxygen from the water and have fins for swimming. Fish can be found in almost all types of waters in the world with different shapes and characters (Adrim, 2010). This catfish that lives in fresh water is rich in nutrients as a good provider of protein, besides that it contains phosphorus, potassium, fat, omega-3, omega-6, and vitamin B12 with a low mercury content (Rukmana et al., 2017).

Keywords : Nutrition, Toddler, NugetLele

1. PENDAHULUAN

Masa balita merupakan periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Kesehatan seorang balita sangat dipengaruhi oleh gizi yang diserap oleh tubuh mengakibatkan mudah terserang penyakit karena gizi memberi pengaruh yang besar terhadap kekebalan tubuh (Ellya, 2010).

Gizi memegang peranan penting dalam Siklus hidup manusia. Kekurangan gizi pada bayi dan balita dapat menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan, apabila tidak diatasi dapat berlanjut hingga dewasa dimana tidak dapat mencapai tumbuh kembang optimal sehingga sangat di perlukan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang cukup dan bermutu sejak bayi berumur 6 bulan sampai 24 bulan, dan meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih (Nurheti,2010).

United Nation Children's Fund (UNICEF) dan WHO menyatakan dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi sebaiknya bayi hanya disusui ASI selama paling sedikit 6 bulan, dan diberikan makanan padat sesudah anak berusia 6 bulan karena pemberian nutrisi yang adeskuat tidak menjamin anak tumbuh kembang dengan baik, tetapi

dengan pemberian nutrisi yang tidak adekuat akan menghambat anak untuk mencapai derajat kesehatan yang normal (Ariani,2016)

Tingginya angka kematian bayi dan anak merupakan ciri yang umum dijumpai di negara-negara berkembang termasuk Indonesia. Status gizi yang buruk pada bayi dan anak dapat menimbulkan pengaruh yang sangat menghambat pada pertumbuhan fisik, mental, maupun kemampuan berpikir yang pada masanya nanti akan menurunkan produktivitas kerja. Pada hakikatnya gizi buruk atau kurang akan berdampak pada menurunnya kualitas sumber daya manusia (Adriani, 2012). Pencapaian target MDGs belum maksimal dan belum merata di setiap provinsi. Berdasarkan data riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2010, secara nasional prevalensi balita gizi buruk sebesar 4,9 persen dan kekurangan gizi 17,9 persen. Provinsi Jawa Timur termasuk daerah dengan balita gizi buruk masih tergolong tinggi. Hal ini ditunjukkan dengan prevalensi gizi buruk sebesar 4,8 persen. (Bappenas, 2010 dalam Harahap 2014).

Kartu Menuju Sehat (KMS) dapat digunakan untuk memantau pertumbuhan balita. Pada KMS terdapat garis yang berwarna merah. Apabila balita tersebut berada di bawah garis merah menunjukkan bahwa anak tersebut memiliki masalah gizi dan perlu mendapatkan perhatian yang lebih. Seorang balita yang berada di bawah garis merah (BGM) pada KMS belum tentu menderita gizi kurang ataupun gizi buruk. KMS tidak dapat dipakai untuk mengukur status gizi balita. Pola asuh berperan penting dalam menentukan status gizi balita. Apabila pola asuh anak kurang, dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak. Sama halnya terhadap balita BGM. Bila balita BGM tidak mendapatkan perhatian khusus dari keluarga, dapat mengakibatkan status gizi balita tersebut semakin menurun (Septherina, 2009).

Berat Badan Bawah Garis Merah (BGM) adalah keadaan status gizi yang didasarkan pada indeks Berat Badan menurut Umur (BB/U) < -3 SD yang merupakan padanan istilah *severely underweight*. Terdapat 3 jenis BGM yang sering dijumpai yaitu kwashiorkor, marasmus dan gabungan dari keduanya marasmus-kwashiorkor. Pengertian kwashiorkor sendiri adalah suatu bentuk malnutrisi protein yang berat disebabkan oleh asupan karbohidrat yang normal atau tinggi dan asupan protein yang inadekuat. Kwashiorkor dapat dibedakan dengan marasmus yang disebabkan oleh asupan yang kurang dalam kuantitas tetapi kualitas normal, sedangkan marasmus-kwashiorkor adalah gabungan dari kwashiorkor dengan marasmus yang disertai dengan oedema. Gangguan gizi pada awal kehidupan akan mempengaruhi kualitas kehidupan berikutnya. Gizi kurang dan gizi buruk pada balita tidak hanya menimbulkan gangguan pertumbuhan fisik, tetapi juga mempengaruhi kecerdasan dan produktivitas di masa dewasa (Supariasa dkk, 2001 dalam Harahap, 2014).

Tercatat di Desa Merak Batin , Natar Lampung Selatan terdapat 6 Balita BGM, pada uraian kasus di atas ,kami tertarik membuat inovasi nugget lele untuk mengatasi balita BGM di Desa Merak Batin, Natar Lampung Selatan.

2. MASALAH

Masa balita merupakan periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Kesehatan seorang balita sangat dipengaruhi oleh gizi yang diserap oleh tubuh mengakibatkan mudah terserang penyakit karena gizi memberi pengaruh yang besar terhadap kekebalan tubuh(Ellya, 2010). Gizi memegang peranan penting dalam Siklus hidup manusia. Kekurangan gizi pada bayi dan balita dapat menimbulkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan, apabila tidak diatasi dapat berlanjut hingga dewasa dimana tidak dapat mencapai tumbuh kembang optimal sehingga sangat di perlukan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang cukup dan bermutu sejak bayi berumur 6 bulan sampai 24 bulan, dan meneruskan pemberian ASI sampai anak berusia 24 bulan atau lebih

3. METODE

Inovasi kegiatan yang kami rancang untuk Desa Merak Batin adalah adanya posyandu balita yang berfokus untuk pemecahan masalah bagi balita BGM yang sangat sederhana namun memberikan dampak besar. Inovasi ini bertujuan meningkatkan kesadaran masyarakat terkhusus para balita BGM tentang bahaya dan resiko yang mungkin dialami jika balita kekurangan gizi. Inovasi merupakan modifikasi dari posyandu balita yang sudah ada di Puskesmas untuk mengingatkan suami atau anggota keluarga ibu yang memiliki balita untuk aktif mendampingi ibu dan anak dalam posyandu yang diadakan rutin di wilayah kerja desa merak batin dusun citerep , natar lampung Selatan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Menurut Departemen Kesehatan (2005) Balita Bawah Garis Merah (BGM) adalah balita yang saat ditimbang berat badannya berada pada garis merah atau di bawah garismerah pada Kartu Menuju Sehat (KMS). Berat badan yang berada di Bawah GarisMerah (BGM) pada KMS merupakan perkiraan untuk menilai seseorang menderita gizi buruk, tetapi bukan berarti seseorang balita telah menderita gizi buruk, karena ada anak yang telah mempunyai pola pertumbuhan yang memang selalu dibawah garis merah pada KMS. Berat Badan di Bawah Garis Merah (BGM) bukan menunjukkan keadaangizi buruk tetapi sebagai peringatan untuk konfirmasi dan tindak lanjut. Hal ini tidak berlaku pada anak dengan berat badan awalnya sudah berada dibawah garis merah. Ikan termasuk hewan bertulang belakang (vertebrata) yang hidup di air . ikan di klasifikasikan ke dalam Filum Chordata dengan karakteristik memiliki insang yang berfungsi untuk mengambil oksigen terlarut dari air dan memiliki sirip untuk berenang. Ikan dapat ditemukan hampir di semua tipe perairan di dunia dengan bentuk dan karakter yang berbeda-beda (Adrim, 2010). Ikan lele yang hidup di air tawar ini kaya akan gizi sebagai penyedia protein yang baik, selain itu mengandung fosfor, kalium, lemak, omega - 3, omega - 6, dan vitamin B12 dengan kandungan merkuri yang rendah (Rukmana dkk., 2017).



Gambar 1 Penyuluhan balita Terkait Gizi



Gambar 2 Penyuluhan Kekeluarga

5. KESIMPULAN

Ikan termasuk hewan bertulang belakang (vertebrata) yang hidup di air . ikan di klasifikasikan ke dalam Filum Chordata dengan karakteristik memiliki insang yang berfungsi untuk mengambil oksigen terlarut dari air dan memiliki sirip untuk berenang. Ikan dapat ditemukan hampir di semua tipe perairan di dunia dengan bentuk dan karakter yang berbeda-beda (Adrim, 2010). Ikan lele yang hidup di air tawar ini kaya akan gizi sebagai penyedia protein yang baik, selain itu mengandung fosfor, kalium, lemak, omega - 3, omega - 6, dan vitamin B12 dengan kandungan merkuri yang rendah (Rukmana dkk., 2017). gambaran awal tentang balita BGM / Gizi kurang dan pembuatan nugget lele untuk meningkatkan gizi balita

6. DAFTAR PUSTAKA

- Abedi, A.J, J.P. Srivastava. 2012. The Effect of Vaccination on Nutritional Status of Pre-school Children in Rural and Urban Lucknow. Aligarh Muslim University India. Vol. 1(4) September 2012
- Ernawati, A. 2006. Hubungan Faktor Sosial Ekonomi, Higiene Sanitasi Lingkungan, Tingkat Konsumsi dan Infeksi dengan Status Gizi Anak Usia 2-5 Tahun di Kabupaten Semarang Tahun 2003. Thesis. Universitas Diponegoro.
- Epridawati, DD. 2012. Hubungan Pengetahuan tentang Gizi dengan Status Gizi Siswa SMP di Kecamatan Kerjo Kabupaten Karanganyar. Skripsi. UMS
- Handayani, S. 1994. Pangan dan Gizi. Surakarta: Sebelas Maret University Press.
- Huriah, T. 2006. Hubungan Perilaku Ibu dalam Memenuhi Kebutuhan Gizi dengan Status Gizi Balita di Kecamatan Beji Kota Depok. Skripsi. FKUI IDAI. 2011. Pedoman Pelayanan Medis Ikatan Dokter Anak Indonesia jilid II. Jakarta : Badan Penerbit Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- KemkesRI. 2019 Pedoman dan Tatalaksana Gizi Buru Pada Balita.
- LaeliNurHasanah dkk. 2020 Daya Terima dan Kandungan Gizi Nugget Lele (*Clarias gariepinus*) dengan Substitusi Modified Cassava Flour (Mocaf) Sebagai Alternatif Kudapan Tinggi Protein Untuk Balita. Universitas PGRI Yogyakarta
- Muchtadi, T.R dan Sugiyono. 2013. Prinsip Proses Dan Teknologi Pangan. Alfabeta : Bandung.
- Rukmana, Rahmat dan Herdi Yudirachman. 2017. Sukses Budidaya Ikan Lele Secara Intensif. Yogyakarta: Andi Publisher.
- RikaJunitaPurba 2018. Pengaruh Pendidikan Gizi Dan Pemberian Makanan Tambahan Nugget Ikan Tamban Terhadap Peningkatan Bb Dan Tb Pada Siswa Kelas I Sd Yang Mengalami Stunting Di Desa Pantai Labu. Politeknik Kesehatan Medan program Studi Diploma IV.
- S R Widya Areta Humaniora Justisia dkk. 2017. Peningkatan Daya Terima Dan Kadar Protein Nugget Substitusi Ikan Lele (*Clarias Batrachus*) Dan Kacang Merah (*Vigna Angularis*). Universitas Airlangga Surabaya.