

SOSIALISASI NUTRISI DAN MAKANAN TAMBAHAN UNTUK ANAK BALITA DI DESA KARANGANYAR

Andini Widyaningsih¹, Devi Astriani²

Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Email : fm20.andiniwidyaningsih@mhs.ubpkarawang.ac.id¹

devi.astriani@ubpkarawang.ac.id²

Ringkasan

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan pada tanggal 1 Juli 2023 hingga 31 Juli 2023. Salah satu kegiatan yang dilakukan adalah “Sosialisasi Nutrisi dan Makanan Tambahan untuk Anak Balita di Desa Karanganyar”. Nutrisi adalah segala sesuatu yang dimakan dan bagaimana tubuh menggunakannya, memiliki pengaruh terhadap pertumbuhan dan kesehatan, dapat mencegah berbagai risiko penyakit. Tujuan dilaksanakan nya program ini untuk menambah pengetahuan orang tua mengenai nutrisi dan makanan tambahan untuk balita, pemilihan makanan yang sehat untuk balita, mencegah stunting pada balita. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini melalui 2 tahapan yaitu observasi dan sosialisasi. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara. Hasil dari wawancara menunjukkan bahwa sebagian besar ibu-ibu sudah memperhatikan komposisi gizi pada anak balita, sebagian besar ibu-ibu masih belum konsisten dalam memperhatikan jumlah dan jenis bahan makanan yang diberikan kepada anak-anak balita, sebagian besar ibu-ibu sudah melaluka pengawasan dan pendampingan dengan baik dalam hal maknan untuk anak balita mereka. Kegiatan sosialisasi nutrisi dan makanan tamabahan untuk anak balita memiliki dampak positif dan memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan bagi ibu yang memiliki anak balita.

Kata Kunci : Sosialisasi, Nutrisi, Makanan Tambahan, Desa Karanganyar.

Pendahuluan

Pendidikan ibu merupakan modal utama dalam menunjang ekonomi keluarga juga berperan dalam penyusunan makan keluarga, serta pengasuhan dan perawatan anak. Bagi keluarga dengan tingkat pendidikan yang tinggi akan lebih mudah menerima informasi kesehatan khususnya dibidang gizi, sehingga dapat menambah pengetahuannya dan mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-

hari. Tingkat pendidikan yang dimiliki wanita bukan hanya bermanfaat bagi penambahan pengetahuan dan peningkatan kesempatan kerja yang dimilikinya, tetapi juga merupakan bekal atau sumbangan dalam upaya memenuhi kebutuhan dirinya serta mereka yang tergantung padanya. Wanita dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi cenderung lebih baik taraf kesehatannya. Jika pendidikan ibu dan pengetahuan ibu rendah akibatnya ia tidak mampu untuk memilih hingga menyajikan makanan untuk keluarga memenuhi syarat gizi seimbang. Hal ini senada dengan hasil penelitian di Meksiko bahwa pendidikan ibu sangat penting dalam hubungannya dengan pengetahuan gizi dan pemenuhan gizi keluarga khususnya anak, karena ibu dengan pendidikan rendah antara lain akan sulit menyerap informasi gizi sehingga dapat berisiko mengalami resiko stunting (D. K. Asahan, 2022)

Nutrisi adalah bagian dalam makanan yang memiliki pengaruh besar terhadap pertumbuhan dan kesehatan tubuh manusia, termasuk mencegah berbagai risiko penyakit. Masyarakat memperoleh makanan atau nutrisi esensial untuk pertumbuhan dan pertahanan dari seluruh jaringan tubuh dan menormalkan fungsi dari semua proses tubuh. Nutrien adalah zat kimia organik dan anorganik yang ditemukan dalam makanan dan diperoleh untuk penggunaan fungsi tubuh. Nutrisi berperan penting dalam proses tumbuh kembang anak balita, jika kebutuhan gizi balita tidak terpenuhi dengan baik, hal ini akan dapat membuat pertumbuhan dan perkembangan si kecil terganggu dan dampaknya mungkin akan terlihat hingga ia dewasa.

Desa Karanganyar mayoritas penduduknya bermata pencaharian di bidang pertanian yang menghasilkan suatu usaha dari hasil taninya tersebut yaitu salah satu bahan dasarnya dari umbi-umbian dan beras ketan. Desa Karanganyar adalah salah satu dari 13 desa yang ada di kecamatan Klari dengan luas wilayah 1.592 ha. Jumlah penduduk di desa Karanganyar adalah 9933 jiwa. Total KK kelurahan Karanganyar sebanyak 3169 KK. Mayoritas beragama Islam dan tingkat pendidikan akhir rata-rata SMA/SMK. Desa Karanganyar memiliki permasalahan yang dihadapi diantaranya adalah belum ada Pendidikan keterampilan bagi masyarakat, masih terbatasnya dana pembangunan desa yang dikelola oleh desa dan pemanfaatan posyandu yang belum optimal. Desa Karanganyar dibagi menjadi 6 (enam) Dusun yaitu diantaranya Dusun Pasirwaru, Dusun Cariu, Dusun Ciwiru, Dusun Suka Galih, Dusun Parung Kadali, dan Dusun Karanganyar.

Hasil dari observasi yang telah penulis lakukan di desa Karanganyar didapatkan bahwa masih banyak ibu-ibu yang belum mengetahui dan belum peduli terhadap nutrisi dan tambahan makanan yang baik dan sehat untuk buah hatinya. Maka dari itu penulis mengadakan kegiatan sosialisasi nutrisi

dan makanan tambahan untuk anak balita.

Untuk mendorong tumbuhnya kesehatan dan sejahteraan bagi masyarakat desa maka program sosialisasi nutrisi dan makanan tambahan untuk anak balita termasuk salah satu pencapaian SDG's desa poin 3 yaitu desa sehat dan sejahtera. Masih banyak orang tua yang belum mengetahui dan belum peduli terhadap nutrisi dan zat gizi bagi anak balita. Nutrisi perberan penting dalam proses tumbuh kembang anak balita, jika kebutuhan gizi balita tidak terpenuhi dengan baik, hal ini akan membuat pertumbuhan dan perkembangan si kecil terganggu dan dampaknya mungkin akan terlihat hingga ia dewasa.

Metode

Kegiatan ini dilaksanakan selama 1 hari pada tanggal 24 juli 2023. Kegiatan ini dilaksanakan di aula Desa Karanganyar, Kecamatan Klari. Kabupaten Karawang.

Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu sosialisasi nutrisi dan makanan tambahan untuk anak balita, diadakannya sosialisasi ini agar ibu mengetahui dan lebih peduli terhadap nutrisi dan zat gizi bagi buah hatinya. Program kerja ini mengacu pada SDG's Desa poin 3 yaitu Desa sehat dan sejahtera. Dengan adanya sosialisasi ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai nutrisi dan makanan tambahan untuk anak balita. Instrumen yang digunakan pada kegiatan ini yaitu menggunakan power point, lapotop, proyektor untuk memudahkan dalam melaksanakan kegiatan sosialisasi. Adapun jadwal dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

Kegiatan	Juli			
	Minggu 1	Minggu 2	Minggu 3	Minggu 4
pengajuan proposal sosialisasi ke desa				
menghubungi pemateri				
Meminta izin desa				
pelaksanaan sosialisasi				

Tabel 1. jadwal Kegiatan

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah sebagai berikut:

1. Obesevasi

Pada tahap observasi dilakukan koordinasi kepada kader-kader posyandu desa karanganyar.

Kegiatan sosialisasi perlu dilaksanakan dengan bantuan kader-kader posyandu karena lebih mengetahui permasalahan ibu-ibu yang belum mengetahui dan belum aware terhadap nutrisi dan tambahan makanan yang baik dan sehat untuk buah hatinya. Salah satu penyebab adanya stunting disebabkan oleh kurangnya gizi dalam pemberian makanan.

2. Sosialisasi

Pada tahap sosialisasi dilakukan dengan cara edukasi tentang nutrisi dan makanan tambahan untuk anak balita. Dengan adanya sosialisasi nutrisi dan makanan tambahan untuk anak balita, diharapkan ibu-ibu bisa lebih aware terhadap nutrisi dan tambahan makanan yang baik dan sehat untuk anak balitanya.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dilakukan selama 1 hari pada tanggal 24 juli 2023 dari pukul 10.00- 11.00 WIB. Adapun rincian kegiatan antara lain yang tercantum dalam tabel berikut:

No	Waktu	Durasi	Kegiatan	PIC	Keterangan
1	09.30 - 10.00	30'	Persiapan	All Team	Persiapan dan Recheck Perlengkapan
2	10.00 - 10.05	5'	Pembukaan Moderator	Andini Widyaningsih	Moderator Memaparkan Deskripsi Acara Secara Singkat dan menyambut peserta, tamu undangan serta pembicara
3	10.05 - 10.10	5'	Sambutan Kepala Desa	Udin Nurdin	Sambutan
4	10.10 - 10.15	5'	Sambutan Ketua KKN	Akhasya Putra	Sambutan
5	10.15 - 10.45	30'	Penyampain Materi	apt. Andi Nurzakiah Amal,M.Farm	penyampaian materi nutrisi dan makanan tambahan untuk anak balita
6	10.45 - 10.55	10'	Sesi Tanya Jawab	apt. Andi Nurzakiah Amal,M.Farm	sesi tanya jawab
7	10.55 - 11.00	5'	Penutup	Andini Widyaningsih	sesi dokumentasi, penutup, dan ucapan terimakasih

Tabel 2. Rincian Pelaksanaan Kegiatan

Dari Hasil Kegiatan Sosialisasi yang telah dilaksanakan adalah membahas seputar nutrisi dan tambahan makanan untuk balita. Kegiatan sosialisasi berjalan sesuai dengan rincian kegiatan yang telah disusun peserta pada kegiatan sosialisasi ini yaitu kader posyandu. Kader posyandu menjadi lebih tau mengenai apa saja nutri dan tambahan makanan untuk balita yang telah dipaparkan pada sosialisasi.



Gambar 1. Pelaksanaan Sosialisasi

Saat kader posyandu diberikan mengenai nutrisi dan tambahan makanan untuk balita dari segi kesehatan. Kader posyanndu terlihat antusias dan memberikan respons positif terhadap materi yang disampaikan. Bahkan sebelum masuk kesesi tanya jawab, sudah banyak pertanyaan yang diajukan oleh ibu-ibu warga desa kepada pemateri.



Gambar 2. Sesi Tanya Jawab



Gambar 3. Sesi Tanya Jawab

Adapun tujuan ingin dicapai dari kegiatan sosialisasi ini adalah kader posyandu dapat memahami apa saja dan bagaimana dampak nutrisi untuk anak terhadap kesehatan. Kader posyandu diharapkan dapat menerapkan apa saja telah dipaparkan oleh pemateri mengenai nutrisi dan tambahan makanan untuk anak balita sehingga tercapainya program SDGs ke- 3 tentang Desa sehat dan sejahtera.

Kesimpulan

Kegiatan sosialisasi nutrisi dan makanan tambahan untuk anak balita memiliki dampak positif dan memberikan manfaat dalam meningkatkan pengetahuan bagi ibu yang memiliki anak balita.

Rekomendasi

Penulis merekomendasikan untuk melakukan bimbingan, pengawasan, dan evaluasi berkelanjutan kepada ibu-ibu yang memiliki anak balita dalam memberikan nutrisi dan makanan tambahan bagi anak balita.

Daftar Pustaka

D. K. Asahan, "Jurnal Bangun Abdmas Upaya Percepatan Penurunan Stunting Jurnal Bangun Abdmas," vol. 1, no. 2, pp. 98–104, 2022, doi: 10.56854/ba.v1i2.124.