Pendampingan Penerapan Pembuatan PMT (Pemberian Makanan Tambahan) untuk Ibu dan Balita Guna Meningkatkan Kesehatan Ibu dan Anak

Desta Ayu Cahya Rosyida ^{1*}, Nina Hidayatunnikmah ¹, Yefi Marliandiani ²

¹ Program Studi Kebidanan, Fakultas Sains Dan Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

² Program Studi Profesi Kebidanan, Fakultas Sains Dan Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

*Correspondent Email: desta@unipasby.ac.id

Article History:

Received: 08-05-2021; Received in Revised: 31-05-2021; Accepted: 12-06-2021

DOI: <http://dx.doi.org/10.35914/tomaega.v4i2.744>

Abstrak

Status gizi pada Ibu dan Anak merupakan faktor penting yang wajib menjadi perhatian besar bagi petugas kesehatan. Keadaan kurang gizi pada Ibu hamil dan balita penyebab terbesar yaitu dipengaruhi oleh kebiasaan mengkonsumsi makanan yang kurang baik. PMT (Pemberian Makanan Tambahan) sangat memengaruhi untuk status gizi nantinya pada Ibu Hamil dan Anak. Pemberian Makanan Tambahan tujuannya yaitu untuk memperbaiki keadaan gizi untuk mencapai status gizi yang Optimal. Padahal kondisi status gizi yang kurang baik Ibu dan Anak akan mengakibatkan bertambahnya Stunting. Kondisi diatas mendasari penulis untuk membuat Inovasi resep PMT berbahan dasar makanan atau sayuran yang mudah di temui di lingkungan sekitar sebagai makanan tambahan. Untuk mengetahui Ibu dan Anak secara langsung mengkonsumsi PMT maka peneliti melakukan pendampingan dalam membuat, mengkonsumsi dan mengevaluasi hasil tersebut. Program Pengabdian Kepada masyarakat ini juga bertujuan untuk melatih anggota keluarga, khususnya orang tua balita dalam menyiapkan makanan tambahan yang sehat dan nilai gizinya seimbang, sehingga status gizi balita nantinya semakin membaik. Metode yang di gunakan dalam program pengabdian masyarakat yang dilakukan di Kelurahan Nginden Jangkungan adalah penyuluhan dan demonstrasi bagaimana cara pembuatan PMT. Hasil dari pengabdian dalam kurun 1 bulan ibu-ibu PKK sudah bisa melakukan cara pembuatan PMT dan juga diterapkan di kehidupan sehari-hari untuk pemenuhan gizi pada anak.

Kata Kunci: PMT , Meningkatkan Kesehatan ,Ibu dan Anak

Abstract

The nutritional status of mothers and children is an important factor that must be of great concern to health workers. The state of malnutrition in pregnant women and toddlers is the biggest cause, which is influenced by the habit of consuming less good food. PMT (Supplementary Feeding) greatly affects the nutritional status of pregnant women and children. Supplementary feeding aims to improve nutritional status to achieve optimal nutritional status. Whereas the condition of poor nutritional status of mothers and children will result in increased stunting. The above conditions underlie the author to make PMT recipe innovations made from food or vegetables that are easily found in the surrounding

environment as additional food. To find out mothers and children directly consume PMT, the researchers provide assistance in making, consuming and evaluating the results. This Community Service Program also aims to train family members, especially parents of children under five, in preparing complementary foods that are healthy and have a balanced nutritional value, so that the nutritional status of toddlers will improve. The method used in the community service program carried out in Nginden Jangkungan Village is counseling and demonstration of how to make PMT. The results of the service within 1 month of PKK mothers have been able to do how to make PMT and also apply it in daily life to fulfill nutrition in children.

Key Word: PMT, Improving Health, Mother and Child

1. Pendahuluan

Gizi yang seimbang sangat dibutuhkan sekali bagi tumbuh kembang pada bayi dan anak. Status kesehatan yang berkaitan dengan gizi masih menjadi momok besar bagi petugas kesehatan dan masih perlu diwaspadai (Yulieva, 2020). Manifestasi asupan gizi yang seimbang akan meningkatkan adanya keberhasilan tumbuh kembang anak secara optimal (Mardhika dkk., 2021). Asupan gizi yang baik dan seimbang sangat diperlukan sekali pada saat periode emas yaitu masa pertumbuhan dan perkembangan Anak. Periode ini dimulai pada saat masih di dalam kandungan sang Ibu hingga usia 2 tahun (Lestari dkk., 2017). Permasalahan gizi masih menjadi masalah utama di negara Indonesia.

World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa Indonesia termasuk ke dalam negara ke tiga dengan prevalensi mengalami masalah gizi buruk regional di Asia Tenggara. Masalah status gizi yang kurang mengakibatkan terjadinya setiap siklus kehidupan manusia dimulai dari janin yang ada di dalam kandungan Ibu, bayi, balita, anak usia sekolah, remaja dan dewasa akan menjadi suatu masalah kesehatan (Ningsih, 2021). Ibu yang memiliki gizi yang kurang akan berpengaruh terhadap kondisi bayi yang di kandungnya dan bisa jadi akan berkelanjutan ke status stunting (WHO, 2020).

Kurangnya asupan gizi pada Ibu Hamil akan memengaruhi anak menjadi kurang gizi, anak akan tumbuh kecil, kurus dan pendek yang berdampak pada rendahnya kemampuan kognitif dan kecerdasan anak serta akan berpengaruh terhadap adanya penurunan produktivitas pada anak (Kurniawan, 2019).

Faktor lain yang mempengaruhi adanya kurangnya pemahaman ibu pentingnya gizi seimbang dan pentingnya asupan nutrisi yaitu adanya ketahanan pangan di tingkat rumah tangga sangat tergantung dari cukup tidaknya pangan dikonsumsi oleh ibu dan bayi pada setiap anggota rumah tangga untuk mencapai gizi baik dan hidup optimal sesuai status gizi yang memadai (Indriani, 2020).

Untuk mengatasi kekurangan gizi yang dialami oleh setiap Ibu dan Bayi perlu diselegarakannya Pemberian Makanan Tambahan (PMT). PMT yang dimaksud yaitu sebagai makanan tambahan, bukan sebagai pengganti makanan utama sehari-hari serta mengandung nilai gizi yang sesuai dan seimbang sesuai

sasaran yang diharapkan. Tujuan utama dari pemberian makanan tambahan ini yaitu untuk memperbaiki keadaan gizi pada Ibu dan Bayi yang menderita kurang gizi untuk mencapai sebuah status gizi yang optimal (Rini dkk, 2017).

Berdasarkan Pantauan Status Gizi (PSG) dan dari hasil Riskesdes Kementerian Kesehatan tahun 2018, prevalensi bayi di Indonesia yang mengalami gizi kurang sebesar 13,8% dan gizi buruk 3,9%. Dinas Provinsi Jawa Timur tahun 2018 menyatakan presentase bayi yang mengalami gizi kurang sebesar 13,43% dan gizi buruk 3,35%. Menurut hasil studi pendahuluan di Kelurahan Nginden Jangkungan Kota Surabaya dari 18 anak yang melakukan posyandu di terdapat 7 anak yang mengalami gizi kurang. Dan Ibu hamil yang melakukan posyandu juga terdapat 10 Ibu hamil 4 Ibu hamil memiliki gizi yang kurang.

Pemberdayaan masyarakat adalah proses pemberian informasi secara terus menerus yang harus kita bagikan manfaat dan tujuan tersebut (Ayu dkk, 2020). Selain itu dalam pengabdian masyarakat ini juga berkesinambungan mengingat kita juga harus memantau kepatuhan Ibu dan Anak dalam mengkonsumsi PMT (Iswati et al., 2019). Dengan memperbaiki kondisi yang ada di lingkungan tersebut peneliti ingin melakukan pendampingan dalam membuat makanan tambahan baik itu pada Ibu dan pada bayi (Rosyida & Hidayatunnikmah, 2020).

Solusi yang ditawarkan pada permasalahan ini adalah dengan melakukan pelatihan dan pendampingan kepada ibu PKK di Kelurahan Nginden Jangkungan Kota Surabaya dengan memberikan makanan tambahan yang bervariasi yang mengandung gizi seimbang. PMT (Pemberian Makanan Tambahan) kudapan yang aman dan bermutu beserta kegiatan pendukung lainnya dengan memperlihatkan aspek mutu dan keamanan pangan, dengan pemanfaatan sayuran atau bahan pangan yang ada di lingkungan masyarakat sekitar.

Tujuan kegiatan ini yaitu untuk memberikan berbagai inovasi pembuatan makanan tambahan bagi ibu sendiri dan balita dan selain itu juga dengan adanya kegiatan ini bisa meningkatkan kemampuan orang tua dalam mengenali atau mendeteksi sejak dini adanya perkembangan yang salah pada bayi.

Manfaat kegiatan ini yaitu sebagai sarana meningkatkan pengetahuan mengenai pemberian makanan tambahan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan balita, serta meningkatkan ketrampilan ibu untuk memberikan gizi yang baik dan tepat bagi anak dan balita selain itu manfaat yang lain, sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan dan menambah ilmu pemberian makanan tambahan guna mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak (Ertiana, 2020).

Hal ini sejalan dengan hasil pengabdian kepada masyarakat sebelumnya bahwa faktor tidak langsung yang berhubungan dengan stunting yang dialami oleh anak yaitu pola pengasuhan, pelayanan kesehatan dan yang terakhir faktor maternal lingkungan rumah tangga. Asupan gizi yang kurang tidak adekuat, terutama dari total energi protein, lemak dan zat gizi mikro, berhubungan dengan deficit pertumbuhan fisik pada anak (Astuti dkk, 2020).

Menurut Meikawati dari hasil Pengabdian Kepada Masyarakat menyatakan bahwa selain kita memberikan penyuluhan dan pendampingan pada Ibu PKK terkait pengetahuan masyarakat yang kurang, sebaiknya kita juga perlu melakukan pendampingan memberikan inovasi baru dalam pemberian makanan tambahan untuk menambah dan meningkatkan gizi Ibu dan anak sesuai hasil yang optimal (Meikawati & Maslikhah, 2020).

2. Metode

Metode dalam program pengabdian pada masyarakat adalah penyuluhan dan demonstrasi pembuatan PMT. Kegiatan ini dilakukan pada kurun waktu 1 bulan yaitu 4 september – 12 oktober 2020 dilakukan di Kelurahan Nginden Jangkungan Kota Surabaya. Kegiatan dimulai dengan melakukan pendataan ibu dan bayi kurang gizi yang ada di kelurahan Nginden Jangkungan Kota Surabaya. Dari 30 Ibu PKK hampir 95% belum tahu yang dimaksud dengan PMT dan apa manfaat dari PMT bagi Ibu dan Bayi. Proses melakukan Pengabdian Kepada Masyarakat dilakukan selama 1 Bulan, dimulai dari persiapan kegiatan sampai evaluasi hasil.

Sehingga peneliti memberikan penyuluhan tentang PMT mulai dari pengertian, tujuan, manfaat, kandungan gizi makanan tambahan, alat dan bahan yang harus dipersiapkan. Setelah ibu-ibu PKK memahami tujuan pemberian PMT dan mengetahui pentingnya PMT, kemudian penelitian mendemonstrasikan cara pembuatan dan menentukan jadwal PMT pada Ibu-ibu PKK.

Sesudah melakukan demonstrasi cara pembuatan, kemudian peneliti melakukan pendampingan kepada ibu-ibu supaya hasil yang didapatkan dan mengetahui kepatuhan Ibu dalam memberikan asupan gizi dapat terkontrol dengan baik sesuai dengan hasil yang kita harapkan.

Gambar 1. Diagram Alur Kegiatan

Dalam kegiatan ini dilakukan oleh Dosen Prodi Kebidanan Fakultas Sains Dan Kesehatan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya, yang diikuti oleh 3 Dosen sebagai narasumber pada saat sosialisasi dan penyuluhan dan dibantu oleh 3 mahasiswa kebidanan untuk membantuk kelancara pada saat proses kegiatan berlangsung.

3. Hasil dan Pembahasan

Hasil kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat dengan sasara Ibu-Ibu PKK di Kelurahan Nginden Jangkungan Kota Surabaya yang dilaksanakan selama 1bulan dengan mitra di Puskesmas Nginden Jangkungan. Tim PPM sesuai dengan kepakaran memberikan kontribusi pada pengabdian masyarakat. Berikut ini kegiatan Pengabdian Masyarakat yang telah dilaksanakan.

Tabel 1. Tabel Keberhasilan Program Pengabdian Kepada Masyarakat

No	Kegiatan	PIC	Hari/Tanggal Pelaksanaan	Tempat	Hasil Kegiatan/Capaian Program
1	Brainstorming tim pengusul gagasan kegiatan dan Forum Discusion Group penentuan materi pemberdayaan	Desta Ayu Cahya Rosyida dan semua team	Jum'at, 4 September 2020	Prodi Kebidanan Fakultas Sains dan Kesehatan PGRI Adi Buana Surabaya	●Melakukan rapat diskusi dalam menentukan judul PPM
2.	Observasi dan pengambilan data kelompok sasaran	Desta Ayu Cahya Rosyida dan semua team	Kamis, 10 September 2020	Balai RW kelurahan Nginden Jangkungan	<ul style="list-style-type: none"> ● Observasi awal telah dilakukan ● Kegiatan dihadiri oleh perwakilan kader, ibu PKK, tim puskesmas dan lurah kelurahan Nginden Jangkungan
3.	Koordinasi pelaksanaan pemberdayaan	Desta Ayu Cahya Rosyida dan semua team	Minggu, 13 September 2020	Balai kelurahan Nginden Jangkungan	<ul style="list-style-type: none"> ● Telah dilakukan koordinasi pelaksanaan pemberdayaan serta persiapan pelaksanaan pengabdian pada masyarakat ● Kegiatan dihadiri oleh 30 Ibu PKK, Bidan Kelurahan Nginden Jangkungan
4.	Pelaksanaan Pemberdayaan	Desta Ayu Cahya Rosyida dan semua team	Minggu, 20 September 2020	Balai RW Keluahan Nginden Jangkungan	<ul style="list-style-type: none"> ● Penyuluhan dan demonstrasi materi tentang Pemberian Makanan Tambahan PMT ● Kegiatan dihadiri oleh 30 Ibu PKK, bidan puskesmas

						Siwalankerto dan Lurah.
5.	Pendampingan, Evaluasi	Desta Ayu Cahya Rosyida dan semua team	Rabu, 23 September 2020	Balai RW Kelurahan Nginden Jangkungan		<ul style="list-style-type: none">• Praktik tentang Pembuatan PMT• Kegiatan dihadiri oleh 30 Ibu PKK, bidan puskesmas .
6.	Monev pelaksanaan	Desta Ayu Cahya Rosyida dan semua team	Rabu, 29 September 2020	Balai RW Kelurahan Nginden Jangkungan		<ul style="list-style-type: none">• Monev dilakukan oleh Ketua LPPM Universitas PGRI Adi Buana Surabaya Dr. Agung Pramujiono, M.Pd• Monev dilakukan di Balai kelurahan Nginden Jangkungan
7.	Penulisan pelaporan	Desta Ayu Cahya Rosyida dan semua team	Senin, 12 Oktober 2020	Balai Kelurahan Nginden Jangkungan		<ul style="list-style-type: none">• Laporan dan lampiran kegiatan telah terselesaikan dan diserahkan ke LPPM Univesitas PGRI Adi buana Surabaya

Gambar 2. Sosialisasi PPM dan Kegiatan PPM

Hasil dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tersebut di hasilkan bahwa setelah melakukan perizinan dari pihak kelurahan kelompok kami melakukan penyuluhan. Penyuluhan tersebut bertujuan untuk menambah informasi dan pengetahuan kepada warga Kampung Herbal terutama ibu-ibu PKK tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang yang harus diberikan kepada anaknya.

Dalam pengembangan bangsa, peningkatan kualitas manusia harus dimulai sejak dini yaitu dari bayi. Demi mewujudkan dan membangun sumber manusia yang berkualitas. banyak masyarakat dan ibu-ibu PKK yang sudah menerapkan dan praktik kegiatan cara pembuatan PMT (Sabilla dkk, 2020). Hal ini bertujuan agar pemenuhan gizi untuk anak-anak di lingkungan sekitar menjadi lebih baik. Selain itu kegiatan ini juga meningkatkan pengetahuan mengenai pemberian makanan tambahan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan balita, serta meningkatkan ketrampilan ibu untuk memberikan gizi yang baik dan tepat bagi anak dan balita selain itu manfaat yang lain, sebagai sarana untuk meningkatkan pengetahuan dan menambah ilmu pemberian makanan tambahan guna mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak (Rahmiati dkk., 2021).

Demonstrasi pembuatan PMT sangat di butuhkan oleh warga terutama ibu PKK setempat, tentang bagaiman cara menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Di Kampung Herbal sudah banyak tumbuhan dan sayuran dengan berbagai macam jenisnya. Dengan adanya hal tersebut maka banyak sekali bahan yang bergizi bagus dan seimbang yang bisa di sajikan untuk anak dan bayi. Salah satunya dengan cara membuat bubur organik dengan bahan dan cara yang mudah di buat.

Dengan adanya demonstrasi tersebut diharapkan warga dapat mempraktikkannya di dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga tujuan dari Program Pengabdian Pada Masyarakat ini bisa tercapai yaitu Ibu dengan pengetahuan yang itu sangat mempengaruhi terhadap asupan yang di berikan pada Anak (Rosidi & Purnamasari, 2021). Gizi yang baik sangat berpengaruh dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas.

4. Kesimpulan

Pemberian Makanan Tambahan bagi Ibu dan Anak sangatlah penting untuk meningkatkan status gizi yang baik untuk generasi yang akan datang, Pengabdian pada masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi masyarakat pentingnya menangani gizi yang kurang baik dengan mengkonsumsi makanan tambahan yang berbagai macam olahan yang tentunya memberikan dampak yang baik untuk kelangsungan tumbuh kembang anak.

5. Ucapan Terimakasih

Ucapan terimakasih kami samapiakan kepada ketua LPPM Universitas PGRI Adi Buana Surabaya yang telah mensuprot dan mendanai hibah kegiatan PPM ini guna meningkatkan peran masyarakat untuk sama-sama mengembangkan pola piker yang inovatif. Kepada Ibu kelurahan Nginden Jangkungan beserta warga ibu-ibu PKK yang ikut berpartisipasi demi kemajuan hidup yang lebih maju dan berkembang di masyarakat. Kepada teman-teman yang sudan mensupport untuk terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat sehingga kegiatan ini berjalan dengan baik sesuai yang diharapkan Bersama. institusi penyedia anggaran maupun hibah serta sivitas akademika yang telah membantu pelaksanaan kegiatan Pengabdian.

6. Daftar Pustaka

- Ayu, D., Rosyida, C., Setiawandari, S., & Java, S. (2020). Effects of sedentary behavior and fast-food consumption habit on body mass index among obese children in siwalankerto village, surabaya. *Jurnal Profesi Medika: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan*. 14(2), 153–158.
- Dwi Ertiana. (2020). Usia dan Paritas Ibu dengan Insidence dan Derajat Bayi Baru Lahir (BBLR). *Embrio*, 12(2), 66–78. <https://doi.org/10.36456/embrio.v12i2.2523>
- Iswati, R. S., Ayu, D., & Rosyida, C. (2019). Relationship between Nutritional Status and the Incidence of Anemia among Children Aged 6 Months - 3 Years. *1st International Conference of Health, Science & Technology (ICOHETECH)*, 56–58.
- Lestari, L. A., Huriyati, E., & Marsono, Y. (2017). The development of low glycemic index cookie bars from foxtail millet (*Setaria italica*), arrowroot (*Maranta arundinacea*) flour, and kidney beans (*Phaseolus vulgaris*). *Journal of Food Science and Technology*, 54(6), 1406–1413. <https://doi.org/10.1007/s13197-017-2552-5>
- Mardhika, A., Pangestu, A., Tyas, M., Okviasanti, F., Fadliyah, L., Qona'ah, A., Susanto, J., & Muhalla, H. I. (2021). Peningkatan Pendidikan Gizi (Cooking Class) Kelompok Kader Posyandu (Mp-Asi). *Abdimas Unwahas*, 6(1), 7–12. <https://publikasiilmiah.unwahas.ac.id/index.php/ABD/article/view/4425>
- Rahmiati, B. F., Hidayah, N., Ardian, J., Jauhari, M. T., & Wijaya, W. (2021). Workshop Menu MP-ASI untuk Menjaga Status Gizi Balita di Kota Mataram. *ADMA : Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat*, 1(2), 65–70. <https://doi.org/10.30812/adma.v1i2.1004>
- Rosidi, I. Y. D., & Purnamasari, L. (2021). Sosialisasi dan Simulasi Tentang Pemijatan Bayi Untuk Mendukung Tumbuh Kembang Bayi. *To Maega : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 63. <https://doi.org/10.35914/tomaega.v4i1.492>

- Rosyida, D. A. C., & Hidayatunnikmah, N. (2020). Maternal Attitude in the Handling of Diarrhea in Infant. *Jurnal Medicoeticolegal Dan Manajemen Rumah Sakit*, 9(1), 23–29. <https://doi.org/10.18196/jmmr.91113>
- Sabilla, M., Jakarta, U. M., Efendi, R., & Jakarta, U. M. (2020). *Analisis Perilaku Dan Kebutuhan Informasi Kesehatan*. July 2019. <https://doi.org/10.36973/jkih.v7i1.153>
- WHO. (2020). Pelayanan kesehatan berbasis komunitas termasuk penjangkauan dan kampanye dalam konteks pandemi covid 19. *World Health Organization (WHO)*.
- Yulieva, E. (2020). Faktor sosial ekonomi terhadap mortalitas bayi di kecamatan cibarusah, kota bekasi. *Jurnal Sosial-Ekonomi*, 1(1), 70–83.