

Implementasi Pemberian Nugget Tempe Kedelai Untuk kenaikan Berat Badan Balita Gizi Kurang

Marliah*¹, Misrawati², Mirna³

^{1,2,3}Fakultas keperawatan Dan Kebidanan, Universitas Megarezky

E-mail:Marliahliarocket@gmail.com¹, Misranabila123@gmail.com², Mirmainnajamal@gmail.com³

Abstract

Children under five years old are a vulnerable group when it comes to health and nutritional issues. Malnourished children have a higher risk of death compared to those who are not malnourished. Each year, approximately eleven million children under five worldwide die from infectious diseases such as acute respiratory infections, diarrhea, malaria, and measles. Ironically, 54% of these deaths are associated with malnutrition. Malnutrition includes Protein-Energy Malnutrition (PEM) and deficiencies in micronutrients such as Vitamin A, iron, iodine, and zinc (Saputra, 2014). One alternative to reduce the incidence of malnutrition in children under five is by utilizing Soybean Tempeh Nuggets, whose benefits are not widely known by the public. Soybean Tempeh Nuggets are rich in carbohydrates, protein, and fat (Meriam, 2017). The aim of this activity is to provide information and knowledge about Soybean Tempeh Nuggets for nutritional supplementation, specifically for mothers of malnourished children under five at Pattingaloang Health Center. The counseling session was conducted using lecture and Q&A methods. The activity took place on January 29, 2024, with 20 participants. The results showed that participants understood the benefits of Soybean Tempeh Nuggets for increasing the weight of malnourished children under five. The participants responded positively, and one participant even requested a follow-up session demonstrating the preparation of the nuggets.

Keywords: Tempe, Malnutrition, toddler

Abstrak

Anak usia dibawah lima tahun (balita) merupakan kelompok yang rentan terhadap suatu masalah kesehatan dan gizi. Balita gizi kurang mempunyai risiko meninggal lebih tinggi dibandingkan yang tidak kurang gizi. Setiap tahun kurang lebih sebelas juta balita di seluruh dunia meninggal karena penyakit infeksi seperti ISPA, diare, malaria, campak. Ironisnya 54 % dari kematian tersebut berkaitan dengan kurang gizi. Kekurangan gizi meliputi Kurang Energi Protein (KEP) dan kekurangan zat gizi mikro seperti Vitamin A, besi, iodium, dan zinc (Saputra, 2014). Salah satu alternatif yang dapat digunakan untuk menurunkan angka kejadian Balita Gizi Kurang dengan pemanfaatan Nugget Tempe Kedelai yang selama ini belum banyak diketahui manfaatnya oleh masyarakat. Nugget Tempe Kedelai kaya akan karbohidrat, protein, Lemak, (Meriam, 2017) Tujuan kegiatan untuk memberikan informasi dan pengetahuan mengenai Nugget Tempe kedelai Untuk penambahan nutrisi, kepada seluruh ibu khususnya yang memiliki balita Gizi Kurang Di Puskesmas Pattingaloang. Penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah, tanya jawab pada peserta. Kegiatan dilakukan tanggal 29 Januari 2024 dengan jumlah peserta 20 orang. Hasil yang diperoleh adalah para peserta memahami manfaat mengenai Nugget Tempe Kedelai Untuk Kenaikan Berat badan balita gizi kurang. Para peserta memberikan respon yang baik bahkan salah seorang peserta meminta untuk kegiatan selanjutnya mengenai demonstran pengolahannya.

Kata kunci: Tempe, Gizi Kurang, Balita

1. PENDAHULUAN

Anak usia dibawah lima tahun (balita) merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah kesehatan dan gizi. Balita gizi kurang mempunyai risiko meninggal lebih tinggi dibandingkan yang tidak kurang gizi. Setiap tahun kurang lebih sebelas juta balita di seluruh dunia meninggal karena penyakit infeksi seperti ISPA, diare, malaria, campak dan lain lain. Ironisnya 54 % dari kematian tersebut berkaitan dengan kurang gizi. Kekurangan gizi meliputi Kurang Energi Protein (KEP) dan kekurangan zat gizi mikro seperti Vitamin A, besi, iodium, dan zinc (Saputra, 2014).

Gizi pada balita dipengaruhi oleh faktor sosial ekonomi dan latar belakang sosial budaya yang berhubungan dengan pola makan dan nutrisi. Nutrisi yang tidak adekuat dalam lima tahun pertama kehidupan berakibat pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental dan otak yang bersifat irreversible Ukuran keberhasilan dalam

pemenuhan nutrisi adalah status gizi. Status gizi balita mencerminkan tingkat perkembangan dan kesejahteraan masyarakat dalam suatu Negara serta berhubungan dengan status kesehatan anak di masa depan (Bhandari,*et al.*2013). Berdasarkan data WHO (World Health Organization) tahun 2011, setiap tahun kurang lebih 11 juta dari balita diseluruh dunia meninggal oleh karena penyakit-penyakit seperti ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut), diare, malaria, campak dan lain-lain. Ironisnya 54% dari kematian tersebut berkaitan dengan adanya gizi kurang (WHO cit Oktavianis 2016).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar atau Riskesdas (2013), di Indonesia terdapat 5,7% balita dengan gizi buruk atau sebanyak 26.518 anak, 13,9% gizi kurang, dan 4,5% balita gizi lebih. Prevalensi gizi buruk pada balita di Indonesia menurut hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) 2014 yang dilaksanakan oleh Kementerian Kesehatan Indonesia, tahun 2014 sebanyak 4,7%, kemudian pada tahun 2015 angka gizi buruk turun menjadi 3,8%, dan kembali turun pada tahun 2016 menjadi sebesar 3,4% (Kemenkes RI, 2016). Salah satu masalah sosial yang di hadapi bangsa Indonesia adalah rendahnya status gizi balita. Hal ini mudah dilihat, misalnya dari berbagai masalah gizi seperti kurang gizi, anemia gizi besi, Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY), dan Kekurangan Vitamin A (KVA). Rendahnya status gizi jelas berdampak pada kualitas sumber daya manusia. Status gizi mempengaruhi kecerdasan, tahan tubuh, terhadap penyakit (Khomsan, 2016)

Bentuk makanan ringan seperti Nugget Tempe Kedelai merupakan salah satu alternatif bentuk pangan yang dapat diberikan bagi anak karena disukai anak-anak. Penambahan Nugget Tempe dalam bentuk ekstrak pada pengolahan *Nugget* diharapkan dapat mencukupi kebutuhan nutrisi anak setiap hari sehingga gizi anak terpenuhi dan dapat menghindari anak mengalami Balita Gizi Kurang. Karena itu perlu Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai Implementasi Pemberian Nugget Tempe Kedelai Untuk Kenaikan Berat Badan Balita Gizi Kurang Di Puskesmas Pattingaloang.

2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan mengumpulkan responden dalam hal ini adalah ibu yang memiliki bayi dan balita Gizi Kurang dan dalam pelaksanaannya tetap menerapkan protokol Kesehatan. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu:

- a. Menentukan lokasi dan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
- b. Meminta izin kepada kepala Puskesmas Pattingaloang sebagai lokasi yang akan kami kunjungi untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat.
- c. Koordinasi dengan bidan Koordinator kegiatan pengabdian kepada masyarakat
- d. Pemaparan materi oleh ketua TIM mengenai Implementasi Pemberian Nugget Tempe Kedelai untuk kenaikan berat badan balita gizi kurang

Kegiatan Penyuluhan ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi, tanya jawab dengan memberikan Implementasi Pemberian Nugget Tempe Kedelai untuk kenaikan berat badan balita gizi kurang, Tujuannya untuk menambah dan meningkatkan pengetahuan peserta tentang Manfaat pemberian Nugget Tempe Kedelai untuk peningkatan Berat badan balita gizi kurang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 29 Januari 2024 Di Puskesmas Pattingaloang dengan sasaran seluruh ibu khususnya ibu yang memiliki bayi dan balita Gizi Kurang, saat melakukan kegiatan yaitu berjumlah 20 orang. Pada kegiatan ini peserta diberikan mengenai Implementasi Pemberian Nugget Tempe Kedelai untuk kenaikan berat badan balita gizi kurang, para peserta di berikan kesempatan

untuk bertanya apabila ada yang tidak dimengerti atau belum diketahui terkait materi yang disampaikan



Gambar 1. Kegiatan Edukasi bersama Peserta



Gambar 2. Proses Pengemasan Tempe Nugget

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan tercapainya tujuan utama penyuluhan yang dilaksanakan. Para peserta, khususnya ibu-ibu yang memiliki balita dengan masalah gizi kurang, memperoleh informasi dan pengetahuan baru tentang manfaat Nugget Tempe Kedelai sebagai alternatif tambahan nutrisi. Selama sesi, peserta menunjukkan pemahaman yang meningkat mengenai kandungan gizi dalam Nugget Tempe Kedelai, seperti protein, karbohidrat, dan lemak, yang berperan penting dalam mendukung kenaikan berat badan balita gizi kurang.

Antusiasme peserta terlihat dari diskusi aktif selama penyuluhan dan pertanyaan yang diajukan mengenai aplikasi praktis dari materi yang disampaikan. Salah satu bukti nyata keberhasilan kegiatan ini adalah permintaan dari peserta untuk mengadakan sesi lanjutan berupa demonstrasi pembuatan Nugget Tempe Kedelai. Hal ini mencerminkan minat dan komitmen peserta untuk menerapkan solusi praktis ini dalam upaya meningkatkan gizi balita mereka di rumah. Kegiatan ini tidak hanya memberikan wawasan baru, tetapi juga mendorong langkah nyata dalam memanfaatkan bahan pangan lokal untuk mendukung kesehatan dan kesejahteraan balita.

Pemberian Nugget tempe dapat meningkatkan berat badan balita karena menurut Joe (2011) komposisi gizi tempe, baik kadar protein, lemak dan karbohidratnya mudah dicerna di dalam tubuh, karena adanya enzim pencernaan yang dihasilkan oleh kapang tempe. Tempe dapat meningkatkan berat badan balita karena kandungan proteinnya tinggi, yang menurut Almtsier (2005) metabolisme protein dimulai setelah protein dipecah menjadi asam amino, asam amino akan memasuki siklus TCA bila dibutuhkan sebagai

sumber energi atau bila berada dalam jumlah berlebih dari yang dibutuhkan untuk sistesis protein (Meriyam, 2017)

Program kegiatan pengabdian masyarakat ini mencakup Implementasi Pemberian Nugget Tempe Kedelai untuk kenaikan berat badan balita gizi kurang, Tempe mempunyai nilai gizi yang tinggi. Tempe dapat diperhitungkan sebagai sumber makanan yang baik gizinya karena memiliki kandungan protein, karbohidrat, asam lemak esensial, vitamin, dan mineral. Gizi utama yang hendak diambil dari tempe adalah proteinnya karena besarnya kandungan asam amino Kadar protein dalam tempe 18,3 gram per 100 gram. Tempe juga mengandung beberapa asam amino yang dibutuhkan tubuh manusia (Anies dan Rossy Rozanna 2014).

Pengetahuan yang baik tentang balita gizi kurang dan memudahkan mendapatkan jenis makanan, sayuran bergizi yang murah namun bernilai gizi tinggi dapat meningkatkan *awareness* para ibu dalam memberikan asupan nutrisi pada anak nyaterutama dalam 100 hari pertama kelahiran. Nugget Tempe Kedelai adalah jenis Makanan yang mudah didapat di sekitar kita, sehingga harapannya para ibu mampu menyediakannya bagi anak balita.

4. KESIMPULAN DAN SARAN (TNR 12pt)

Kegiatan penyuluhan mengenai manfaat Nugget Tempe Kedelai untuk balita gizi kurang berhasil mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Para peserta, terutama ibu-ibu dengan balita gizi kurang, mendapatkan informasi dan pemahaman baru tentang kandungan nutrisi dalam Nugget Tempe Kedelai serta potensinya sebagai alternatif makanan untuk mendukung kenaikan berat badan balita. Antusiasme peserta terlihat dari diskusi aktif dan permintaan untuk diadakannya sesi lanjutan berupa demonstrasi pembuatan Nugget Tempe Kedelai.

Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini tidak hanya memberikan wawasan baru, tetapi juga memotivasi peserta untuk mempraktikkan solusi yang disampaikan. Dengan demikian, kegiatan ini mampu memberikan kontribusi nyata dalam mendukung upaya peningkatan status gizi balita melalui pemanfaatan bahan pangan lokal yang bernutrisi dan mudah diterima oleh anak-anak

Untuk membentuk perilaku yang baik dalam keluarga terkait peningkatan gizi seperti terjadinya Gizi Buruk, dibutuhkan kegiatan penyuluhan dan pendampingan berkelanjutan yang bersifat kontinu, oleh karena itu diharapkan tenaga kesehatan bekerja sama dengan para kader terlatih untuk menjalankan perannya secara terus menerus khususnya dalam membina sasaran dalam pemberian edukasi terkait implementasi pemberian Nugget Tempe Kedelai untuk kenaikan berat badan balita gizi kurang. Selain itu perlu pembinaan kepada para kader agar memperoleh pembaruan ilmu pengetahuan dan keterampilan khususnya mengenai pemberian Nugget tempe kedelai untuk kenaikan berat badan pada balita gizi kurang dengan pengetahuan mengenai hal tersebut responden memiliki bekal yang cukup dalam memberdayakan masyarakat, misalnya dengan mengadakan demonstrasi pengolahan Nugget Tempe kedelai.

DAFTAR PUSTAKA

- Bhandary, S., Shruti, et al. (2012). A clinical comparison of in-office management of dentin hypersensitivity in a short-term treatment period. *International Journal of Basic & Applied Research (IJBAR)*, 3(3), 1-6.
- Gupta, G. K., Agrawal, D., & Arya, R. K. (2013). Prevalence, risk factors, and socio-demographic correlates of adolescent hypertension in district Ghaziabad. *Indian Journal of Community Health*.
- Hardiansyah, S. (2017). *Ilmu gizi teori dan aplikasi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.

- Hockenberry, M. J., Wilson, D., & Rodgers, C. C. (2016). *Wong's essentials of pediatric nursing*. Elsevier.
- Illahi, R. K. (2017). Hubungan pendapatan keluarga, berat lahir dan panjang lahir dengan kejadian stunting balita 24-59 bulan di Bangkalan. *Jurnal Manajemen Kesehatan Yayasan RS Dr. Soetomo*, 3(1).
- Irawati, A., Anies, & Rozanna, R. (2008). Pemberian formula tempe pada penderita gizi buruk untuk mempercepat penyembuhan. Retrieved March 12, 2014, from bpk.litbang.depkes.go.id/index.php/pgm/article/viewFile/1947/2532.
- Kabeta, A., Belegavi, D., & Gizachew, Y. (2017). Factors associated with nutritional status of under-five children in Yirgalem Town, South Ethiopia. *IOSR Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 6(2), 78-74.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pemantauan status gizi (PSG)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Khomsan, A. (2012). *Ekologi masalah gizi, pangan dan kemiskinan*. Bandung: Alfabeta.
- Lamid, A. B. (2015). Masalah kependekan (stunting) pada anak balita: Analisis prospek penanggulangannya di Indonesia. *IPB Press*.
- Saputra, L. (2014). *Buku saku keperawatan pasien dengan gangguan fungsi kardiovaskuler*. Tangerang Selatan: Binarupa Aksara Publisher.
- Supriasa, I. D. N., Bakri, B., & Fajar, I. (2012). *Penilaian status gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Setiadi, H. (2013). *Konsep dan praktek penulisan riset keperawatan* (Edisi 2). Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Soetjiningsih. (2014). *Tumbuh kembang anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sulistianingsih, A. (2012). Faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi balita di Desa Podomoro Kabupaten Pringsewu. *Jurnal STIKes Muhammadiyah*.
- Sutomo, B., & Anggraini, D. Y. (2014). *Makanan sehat pendamping ASI*. Demedia. Jakarta.
- Supriasa, S. (2014). *Pendidikan & konsultasi gizi*. Jakarta: EGC.
- UNICEF, WHO, & World Bank Group. (2016). Levels and trends in child malnutrition. *Joint Child Malnutrition Estimates*, p. 3.
- Yuliaty, D., et al. (2014). *Buku ajar keperawatan geneoretik* (T. Ari Ed). Jakarta: CV Trans Info Medika