
**PEMBUATAN DAN PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN PUDING UBI UNGU
PADA BALITA DI DESA PAKEMBANGAN KABUPATEN KUNINGAN**

Lilis Kholida, Nur Rahmi Hidayati, Indah Setyaningsih, Arsyad Bachtiar

Sekolah Tinggi Farmasi Muhammadiyah Cirebon

**Email Corresponding: nurrahmiidayati83@gmail.com*

ABSTRAK

Kurang gizi merupakan salah satu masalah gizi utama pada balita di Indonesia. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan peningkatan kesadaran gizi yang baik dengan Pemberian Makanan Tambahan (PMT). Tujuan program pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kepada warga desa yang memiliki anak balita tentang Pemberian Makanan Tambahan. Bahan makanan yang digunakan dalam PMT hendaknya bahan-bahan yang ada atau dapat dihasilkan setempat, sehingga kemungkinan kelestarian program lebih besar. Ubi Jalar Ungu diberikan karena kaya akan khasiat juga sebagai salah satu sumber karbohidrat yang banyak nutrisi dan penting untuk pertumbuhan bayi, sehingga bisa menjadi pilihan baik untuk MPASI. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yaitu agar masyarakat lebih mengenal keberadaan farmasis khususnya di Wilayah Desa Pakembangan Kecamatan Mandirancan Kuningan sebagai bagian dari tenaga kesehatan sehingga dapat berkonsultasi mengenai jenis makanan yang sehat dan masyarakat mendapatkan pengetahuan tentang cara pembuatan jajanan sehat dari bahan alami seperti olahan dari ubi jalar.

Kata Kunci: Gizi, pemberian makanan tambahan, Ubi jalar

ABSTRACT

Malnutrition is one of the main nutritional problems in toddlers in Indonesia. One way that can be done is to increase awareness of good nutrition by providing supplementary food (PMT). The purpose of this community service program is to provide education to villagers who have children under five about Supplementary Feeding. Food ingredients used in PMT should be ingredients that are available or can be produced locally, so that the possibility of program sustainability is greater. Purple Sweet Potatoes are given because they are rich in properties as well as a source of carbohydrates which have lots of nutrients and are important for the growth of babies, so they can be a good choice for solids. The results of community service activities are that the community is more familiar with the existence of pharmacists, especially in the Pakembangan Village Area, Mandirancan Kuningan District as part of the health workers so that they can consult about types of healthy food and the community gains knowledge about how to make healthy snacks from natural ingredients such as processed sweet potatoes.

Keywords : Nutrition, supplementary feeding, Sweet potato

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan anak merupakan salah satu masalah utama dalam bidang kesehatan yang saat ini terjadi di Indonesia. Derajat kesehatan anak mencerminkan derajat kesehatan bangsa. Dalam menentukan derajat kesehatan di Indonesia, terdapat beberapa indikator yang dapat digunakan, antara lain angka kematian bayi, angka kesakitan bayi, status gizi dan angka harapan hidup waktu lahir. Gizi kurang merupakan salah satu masalah gizi utama pada balita di Indonesia.

Krisis ekonomi sejak tahun 1997 berdampak pada status gizi dan kesehatan masyarakat karena tidak terpenuhinya kecukupan konsumsi makanan dan terjadi perubahan pola makan yang dapat meningkatkan prevalensi gizi kurang dan buruk. Prevalensi gizi kurang dan buruk mulai meningkat pada usia 6-11 bulan dan mencapai puncaknya pada usia 12 – 23 bulan dan 24 – 35 bulan ([Tatas & Kapuas, n.d.](#)). Gizi buruk disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah pola makan yang tidak baik, penyakit infeksi dan penyerta, tingkat pendapatan dan kondisi tempat tinggal yang tidak sehat. ([Masyarakat, 2017](#)) Terjadinya kekurangan gizi pada anak bukan hanya dikarenakan kandungan gizi dalam makanan yang kurang, akan tetapi juga disebabkan terjadinya gangguan kesehatan, sehingga kemampuan daya tahan dan keinginan makan menjadi berkurang dan rentan diserang oleh penyakit maka anak tersebut dapat mengalami kekurangan gizi. Begitupun pada anak yang walaupun mendapatkan makanan yang cukup namun mengalami sakit akan terjadi defisit gizi ([Ilmu et al., n.d.](#)).

Untuk mengatasi kekurangan gizi yang terjadi pada kelompok usia balita gizi kurang perlu diselenggarakan pemberian makanan tambahan (PMT). Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan merupakan program yang dilaksanakan pemerintah pada kelompok usia balita yang ditujukan sebagai tambahan selain makanan utama sehari-hari untuk mengatasi kekurangan gizi. ([Access, 2020](#)) sebesar 0,98% dan gizi buruk sebesar 0,06% ([Rarastiti, 2014](#)). Di masyarakat ada juga kegiatan Posyandu yang juga melayani kesehatan untuk anak usia balita. Posyandu merupakan salah satu pelayanan untuk memudahkan masyarakat mengetahui atau memeriksa kesehatan terutama ibu hamil dan anak balita. Keaktifan ibu pada setiap kegiatan posyandu tentu akan berpengaruh pada keadaan status gizi anak balitanya, karena salah satu tujuan posyandu adalah memantau peningkatan status gizi masyarakat terutama anak balita dan ibu hamil ([Wati et al., 2020](#)).

Ubi jalar ungu memiliki kandungan protein, lemak, serat kasar dan abu. Kadar protein ubi jalar ungu berkisar 0,19-1,8 %. Kadar gula yang rendah pada ubi jalar ungu dapat disebabkan oleh protein yang larut dalam air. Ubi jalar ungu juga merupakan sumber vitamin

A, vitamin C, vitamin B-6, vitamin B-12, vitamin E, dan vitamin K yang merupakan mikronutrien penting bagi tubuh ([Almatsier, 2009](#)).

Tujuan program pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi kepada warga desa yang memiliki anak balita tentang Pemberian Makanan Tambahan yang akan diberikan melalui kegiatan Posyandu Desa Pakembangan, yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi untuk anak.

BAHAN DAN METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan di Balai Desa Pakembangan, Kecamatan Mandirancan, Kabupaten Kuningan. Kegiatan dilakukan pada hari Senin 22 Agustus 2022. Kegiatan yang dilakukan berupa Pemberian Makanan Tambahan (PMT) dengan populasi dan sampel yaitu seluruh anak usia 1 sampai 5 tahun peserta posyandu Desa Pakembangan berjumlah 120 anak. Teknik sampling menggunakan cara total sampling. Teknik pengumpulan data melalui observasi atau pengamatan secara langsung dan mendokumentasikannya. Tahapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu observasi kondisi desa yang dilakukan dengan cara berinteraksi dengan masyarakat desa, pemangku kepentingan (Pemerintah Kecamatan dan Desa), Kader Posyandu dan Bidan Desa. Selanjutnya melakukan penyiapan bahan-bahan yang harus dibeli dan digunakan dilanjutkan dengan pembuatan Puding ubi ungu. Diawali dengan serah terima PMT kepada Kader Posyandu untuk nantinya dibagikan kepada peserta posyandu yang hadir. Selain itu pada kegiatan pengabdian juga membantu kader Posyandu dalam memberikan Vitamin A pada anak-anak dan balita. Penyajian data berupa tabel, gambar dan deskripsi.

HASIL

Tabel I. Pemberian Vitamin A dan Puding Ubi Ungu

No.	Pemberian	Usia	Jumlah
1.	Vit A warna biru	6-11 bulan	45 anak
	Vit A warna merah	12-59 bulan	75 anak
2.	Puding ubi ungu	Semua balita	120 anak



Gambar 1. Observasi dengan Bidan Desa Pakembangan



Gambar 2. Pemberian Makanan Tambahan



Gambar 3. Pemberian Vitamin A

PEMBAHASAN

Observasi dilakukan seminggu sebelum memulai kegiatan pengabdian masyarakat. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui kondisi di lapangan juga dapat langsung berinteraksi dengan masyarakat sekitar, pemangku kepentingan seperti Pemerintah Desa dan Kecamatan, Kader Posyandu, Bidan Desa serta Ibu-Ibu PKK. Hasil yang didapatkan setelah observasi bahwa masyarakat Desa Pakembangan masih kurang dalam pengetahuan dan kesadaran atas gizi anak juga dengan kurang baiknya pola asuh pada anak.

Pendataan dilakukan dengan cara berkomunikasi langsung dengan Bidan Kader Posyandu dan langsung diarahkan untuk menemui Bidan Desa karena informasi mengenai gizi lebih banyak diketahui oleh Bidan Desa, sehingga data yang diperoleh adalah data dari Bidan Desa Pakembangan. Adapun jumlah balita di Desa Pakembangan mencapai 120 orang. Pemberian Makanan Tambahan (PMT) yang diberikan kepada Posyandu dengan sasaran anak-anak dan balita yang datang untuk Imunisasi dan pemberian Vitamin A, dengan tujuan untuk pencegahan dan perbaikan gizi pada anak-anak dan balita di Desa Pakembangan, Kabupaten Kuningan. Makanan yang diberikan dalam kegiatan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) adalah puding ubi ungu karena ubi ini kaya akan khasiat juga sebagai salah satu sumber karbohidrat yang banyak nutrisi dan penting dalam pertumbuhan bayi, sehingga bisa menjadi pilihan baik untuk MPASI. Ubi ungu kaya akan kalium, vitamin B6 dan vitamin C. Selain itu, umbi-umbian yang satu ini juga mengandung antosianin, glikoprotein, karoten, dan unsur gizi lainnya yang baik untuk bayi.

Ubi ungu bisa menjadi pilihan sehat bagi bayi karena adanya senyawa antiinflamasi di dalamnya. Kandungan senyawa ini penting untuk kesehatan jantung dan juga dapat membantu mengurangi risiko peradangan yang disebabkan radikal bebas. Senyawa ini juga didukung oleh antioksidan yang cukup tinggi di dalamnya. Kelebihan lain dari ubi jalar adalah kandungan vitamin B yaitu B6 dan asam folat yang cukup mengesankan. Kedua vitamin ini sangat dibutuhkan untuk mengoptimalkan kerja otak sehingga daya ingat dapat dipertahankan. Ubi jalar kaya akan kandungan serat, karbohidrat kompleks dan rendah kalori.

Selain Pemberian Makanan Tambahan (PMT) kegiatan yang dilakukan selama di Posyandu adalah pemberian Imunisasi dan Vitamin A untuk balita dan anak-anak minimal usia 6 bulan. Adapun kategori Vitamin A yang diberikan yaitu Vitamin A dengan Kapsul biru diberikan untuk bayi usia 6-11 bulan, sedangkan Vitamin A Dengan Kapsul merah diberikan untuk anak umur 12-59 bulan. Pemberian Vitamin A ini dianjurkan dengan posisi anak tegak agar obat dapat masuk dan diabsorpsi seluruhnya. Program pemberian Vitamin A ini dilakukan serentak di semua Posyandu di Indonesia selama bulan Agustus.

Manfaat pemberian Vitamin A selain untuk penglihatan yaitu penting untuk pertumbuhan anak dan juga dapat meningkatkan sistem imun tubuh anak sehingga mengurangi kejadian kesakitan dan kematian pada balita. Pada kasus Stunting pemberian Vitamin A sangat dibutuhkan karena pada saat anak menderita gizi buruk kekurangan Vitamin A pasti terjadi, akibatnya sistem imun tubuh menurun sehingga mudah terserang penyakit lainnya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Program pengabdian masyarakat berjalan dengan baik, bertujuan untuk memberikan edukasi kepada warga desa Pakembangan, Kabupaten Kuningan yang memiliki anak balita tentang Pemberian Makanan Tambahan. Kegiatan penyuluhan ini mendapat respons yang positif dari masyarakat karena dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat mengenai cara pembuatan olahan makanan yang sehat dan bergizi dari bahan alami dan bahan yang relatif murah dan mudah didapat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih kepada Bapak Jaenudin selaku Kepala Desa Pakembangan yang sudah memberikan ijin untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat serta kepada seluruh masyarakat di Desa Pakembangan, Kecamatan Mandirancan, Kabupaten Kuningan atas kerjasama dan bantuannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. PT Gramedia: Jakarta.
- Hosang, K. H., & Umboh, A. (2017). Hubungan Pemberian Makanan Tambahan terhadap Perubahan Status Gizi Anak Balita Gizi Kurang di Kota Manado. *E-Cliic (EcI)*, 5(1).
- Ilmu, F., Gorontalo, U. N., Jend, J., & No, S. (2019). Jurnal Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat) Pemberian Pmt Modifikasi Berbasis Kearifan Lokal Pada Balita Stunting dan Gizi Kurang Irwan E-mail : irwandel@yahoo.com PENDAHULUAN Terjadinya kekurangan gizi pada anak bukan hanya dikarenakan kandungan. *Sibermas (Sinergi Pemberdayaan Masyarakat)*, 145–156.
- Putri, A. sekar rahayuning, & Mahmudiono, T. (2020). Efektivitas Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Pemulihan Pada Status Gizi Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Simomulyo , Surabaya Effectiveness of Supplementary Feeding Recovery on Children Under Five Nutritional Status in Simomulyo Health Center Work Area. *Research Study*, 58–64. <https://doi.org/10.20473/amnt>.

-
- Tatas, S. E. I., & Kapuas, K. (2015). Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Pada Balita Gizi Kurang Usia 6-48 Bulan Terhadap Status Gizi Di Wilayah Puskesmas Sei Tatas Kabupaten Kapuas Edvina. *Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(3), 110–115.
- Wati, N. (2020). Analisis Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Terhadap Status Gizi Anak Di Posyandu Kelurahan Sembumgharjo Semarang. *Pemikiran Dan Penelitian Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 94–98.

