

# Penurunan Masalah Gizi Pada Anak Usia Dini Melalui Edukasi PMT-AS

Rahayu Widaryanti<sup>\*1</sup>, Casnuri<sup>2</sup>, Metty<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Universitas Respati Yogyakarta

<sup>1</sup>Prodi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

<sup>2</sup>Prodi Kebidanan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

<sup>3</sup>Prodi Kebidanan Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Respati Yogyakarta

\*e-mail: [rwidaryanti@respati.ac.id](mailto:rwidaryanti@respati.ac.id)<sup>1</sup>, [Casnuri@respati.ac.id](mailto:Casnuri@respati.ac.id)<sup>2</sup>, [metty@respati.ac.id](mailto:metty@respati.ac.id)<sup>3</sup>

## Abstract

*Malnutrition and obesity are problems that are often encountered in early childhood, to reduce these problems, it is necessary to provide healthy food with a balanced menu through a supplementary feeding program for school children. As one of the steps to support the success of the supplementary feeding program for school children, it is necessary to increase the knowledge and skills of early childhood education teachers and parents through educational programs. The method of implementing this activity is community participation including education or counseling, mentoring and role play. The activity began with the socialization of the school children's supplementary feeding program, health education, mentoring, and role-playing of the school children's supplementary feeding program with a balanced menu using local food ingredients. This activity is held from June to August 2022 with the target participants being early childhood education teachers and parents. The results of this activity are quite satisfactory because there is an increase in knowledge about providing additional food for school children, but there are still participants who do not know how to arrange a balanced menu according to the needs of children. This activity does not stop at educational programs but continues with mentoring programs carried out through the WhatsApp group application.*

**Keywords:** Education, Early childhood education, school feeding

## Abstrak

*Malnutrisi dan obesitas adalah masalah yang sering ditemui pada anak usia dini, untuk mengurangi masalah tersebut perlu adanya pemberian makanan sehat dengan menu seimbang melalui program pemberian makanan tambahan anak sekolah (PMT-AS). Sebagai salah satu langkah untuk mendukung keberhasilan program PMT-AS maka perlu peningkatan pengetahuan dan keterampilan guru PAUD dan walimurid melalui program edukasi. Metode pelaksanaan kegiatan ini yaitu partisipasi masyarakat meliputi pendidikan atau penyuluhan, pendampingan serta role play. Kegiatan diawali dengan sosialisasi program PMT-AS, pendidikan kesehatan, pendampingan serta roleplay pembuatan PMT-AS dengan menu seimbang menggunakan bahan pangan lokal. Kegiatan ini terselenggara pada bulan Juni sampai dengan bulan Agustus 2022 dengan sasaran peserta guru PAUD dan walimurid. Hasil dari kegiatan ini cukup memuaskan karena terdapat peningkatan pengetahuan mengenai pemberian makanan tambahan anak sekolah, namun masih terdapat peserta yang belum mengetahui tentang cara menyusun menu seimbang sesuai dengan kebutuhan anak. Kegiatan ini tidak hanya berhenti pada program edukasi saja, melainkan berlanjut pada program pendampingan yang dilakukan melalui aplikasi group WhatsApp.*

**Kata kunci:** Edukasi, PAUD, PMT-AS

## 1. PENDAHULUAN

Malnutrisi dan obesitas adalah masalah yang sering ditemui pada anak usia dini, Di Kabupaten Sleman terdapat 6,50% balita mengalami kekurangan energi protein (KEP) dan terdapat 0,5% balita status gizinya berada dibawah garis merah (BGM), kondisi tersebut jika tidak ditangani dengan baik maka akan memperburuk kesehatan balita dan dapat menyebabkan kematian (Dinas Kesehatan, 2020). Selain masalah gizi buruk obesitas juga merupakan masalah pada balita, pada tahun 2020 prevalensi gizi lebih di Yogyakarta meningkat menjadi 3,14% dari tahun sebelumnya yaitu 2,90% (Dinkes DIY, 2020). Salah satu hal yang menyebabkan masalah

ini adalah gencarnya promosi produk makanan cepat saji dan praktis yang ditawarkan oleh industri serta perilaku konsumtif orang tua yang lebih memilih makanan instan. Pada produk makanan cepat saji/instan yang beredar dipasarkan seringkali mengandung banyak bahan tambahan seperti pewarna, pengawet, pemanis, maupun tambahan MSG dengan konsentrasi yang bermacam-macam. Konsumsi jenis makanan ini dalam jangka panjang akan mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan balita dan dampak jangka panjang dapat meningkatkan risiko kanker (Bundy et al., 2017).

Anak yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan instan dapat berdampak pada pola konsumsi yang kurang seimbang, dimana biasanya anak akan menjadi pilih-pilih makanan atau hanya mau mengkonsumsi makanan tertentu. Kondisi ini akan diperparah ketika orang tua yang kurang tegas dan selalu menyiapkan makanan sesuai kesukaan anak. Orang tua takut anak tidak mau makan jika disediakan makanan dengan menu seimbang, sehingga lebih memilih menyediakan makanan sesuai kesukaan anak seperti sosis, nugget, serta makanan yang diolah dengan di goreng serta mengabaikan konsumsi buah dan sayur. Kondisi seperti ini dapat diatasi dengan program pemberian makanan tambahan anak sekolah (Ningsih, 2020).

PMT-AS merupakan program pemberian makanan yang mempunyai kandungan gizi seimbang dan aman pada anak sekolah dengan menggunakan pedoman yang telah diterbitkan oleh kementerian kesehatan. penyediaan PMT-AS perlu memperhatikan mutu serta keamanan pangan (Srimayarti & Yenni, 2021). Salah satu upaya untuk membentuk pola makan sehat memerlukan kerjasama antara guru selaku pendidik dan orang tua. Upaya mengenalkan makanan sehat mempunyai manfaat penting bagi anak karena anak akan belajar tentang kebutuhan dan upaya pemenuhan nutrisi tubuhnya, anak akan lebih memahami apakah makanan yang dikonsumsi baik untuk tubuhnya atau tidak. Melalui media permainan sederhana atau media nyata (bahan pangan seperti sayur dan buah) guru dapat memperkenalkan makanan sehat dan membuat proses makan menjadi lebih menyenangkan (Kwofie, 2021).

Anak usia dini memerlukan asupan nutrisi yang adekuat mengingat pada usia ini tubuh sedang berlangsung masa pertumbuhan dan perkembangan, sehingga program pemberian makanan tambahan anak sekolah ini diharapkan dapat memberikan edukasi dan keterampilan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi sesuai kebutuhan anak. Pada usia sekolah biasanya anak lebih mendengarkan gurunya daripada orangtua, sehingga edukasi makanan sehat dan seimbang disekolah sudah tepat sasaran (Naimah, 2019). Tujuan dari kegiatan ini salah satunya adalah meningkatkan ketahanan fisik siswa serta sebagai upaya untuk memperbaiki gizi dan kesehatan. Siswa yang mempunyai gizi dan kesehatan baik akan mendorong minat dan kemampuan belajar pada siswa (Depkes RI, 2019).

Rendahnya tingkat pengetahuan serta keterampilan guru dan orang tua dalam menyediakan makanan sehat serta gencarnya promosi makanan instan di berbagai media mendorong konsumsi makanan instan meningkat. Sehingga untuk mengatasi masalah tersebut perlu adanya edukasi serta praktik langsung dalam penyediaan makanan sehat dengan menu seimbang.

## 2. METODE

Kegiatan edukasi mengenai PMT-AS ini diselenggarakan pada bulan Juni sampai dengan Agustus 2022, di Desa Purwomartani, Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman, DIY, dengan sasaran guru PAUD, dan orang tua murid sejumlah 16 orang. Metode pelaksanaan kegiatan berupa partisipasi masyarakat meliputi pendidikan atau penyuluhan, pendampingan serta role play penyusunan menu seimbang dengan bahan pangan lokal dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Kegiatan Pelaksanaan Program PMT-AS

No	Metode	Kegiatan
1	Pendidikan Masyarakat	Memberikan pengetahuan tentang menu seimbang, variasi mengolah makanan serta dampak masalah gizi terhadap tumbuh kembang anak
2	Pendampingan	Pendampingan cara melakukan deteksi dini masalah gizi pada peserta didik
3	Role play	Menyusun menu seimbang, menyiapkan makanan dengan bentuk yang bervariasi dan menarik dengan bahan pangan lokal

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

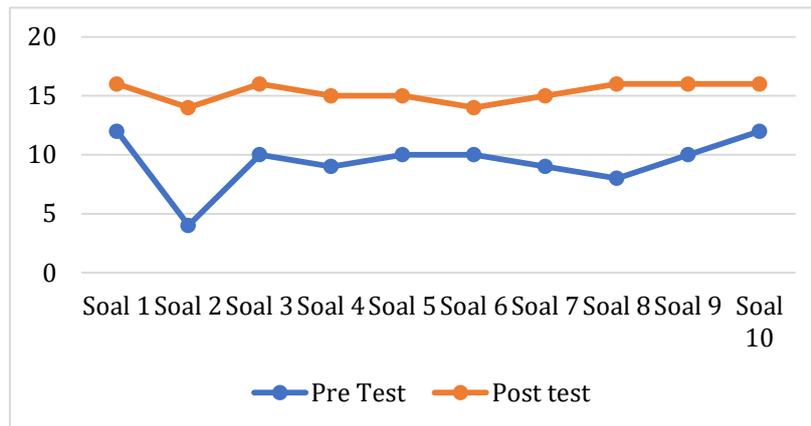
Kegiatan ini diawali dengan kegiatan koordinasi dengan pemangku kebijakan pada bulan Juni 2022, selanjutnya menyusun buku petunjuk teknis edukasi PMT-AS untuk PAUD. Kegiatan pendidikan masyarakat melalui metode edukasi dilaksanakan pada hari Minggu, 27 Juli 2022 selama 6 jam dengan jumlah peserta 16 orang dengan rincian 6 guru PAUD dan 10 orang tua murid. Kegiatan ini tidak hanya berhenti pada program edukasi saja, melainkan berlanjut pada program pendampingan yang dilakukan melalui aplikasi group WhatsApp.

Kegiatan edukasi diawali dengan mengisi daftar hadir dan lembar evaluasi pre-test, hal ini bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta sebelum mendapatkan edukasi mengenai PMT-AS. Pemberian materi mengenai menu seimbang, variasi mengolah makanan serta dampak masalah gizi terhadap tumbuh kembang anak dilakukan oleh 3 pembicara dengan kepakaran yang berbeda. Setelah penyampaian materi melalui edukasi peserta kembali mengisi lembar evaluasi post-test yang bertujuan untuk mengukur peningkatan pengetahuan yang diperoleh peserta. Adapun hasil analisis nilai pre-test dan post-test dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil analisis nilai pre-test dan post-test

Tingkat Pengetahuan Tentang Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS)	Mean (n=16)
Pretest	58,75
Posttest	87,50
$\Delta$ Pretest-Posttest	28,75

Pada tabel 1 dapat diperoleh hasil bahwa sebelum mendapatkan materi tingkat pengetahuan peserta rata-rata 58,78 poin, setelah mengikuti edukasi mengenai pemberian makanan tambahan anak sekolah (PMT-AS) nilai rata-rata post-test meningkat menjadi 87,50 poin atau naik sebesar 28,75 point. Jumlah soal yang digunakan untuk penilaian pre-test dan post-test sebanyak 10 butir. Berikut hasil analisis butir soal untuk melihat peningkatan kemampuan peserta.



Gambar 1. Hasil test pengetahuan peserta diuji pada awal dan akhir kegiatan pengabdian.

Dari gambar 1. dapat kita lihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada semua item pertanyaan. Setelah kegiatan edukasi PMT-AS maka kegiatan selanjutnya yaitu pendampingan cara melakukan deteksi dini masalah gizi pada peserta didik dan *roleplay* menyusun menu seimbang, menyiapkan makanan dengan bentuk yang variasi dan menarik dengan bahan pangan lokal. Harapan dari kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan keterampilan guru PAUD dan walimurid dalam memenuhi nutrisi anak sehingga mengurangi masalah nutrisi seperti malnutrisi, stunting maupun obesitas. Berikut adalah dokumentasi kegiatan edukasi PMT-AS untuk guru PAUD dan walimurid yang diselenggarakan di Kelurahan Purwomartani, Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman.



Gambar 2. Edukasi PMT-AS bagi Guru PAUD dan Walimurid

Keterlibatan walimurid atau orang tua serta dukungan dari lembaga pendidikan anak usia dini (PAUD) dapat meningkatkan keberhasilan pemenuhan nutrisi melalui program PMT-AS. Sehingga pada kegiatan ini tidak hanya melibatkan guru PAUD saja melainkan mengikutsertakan orangtua/ walimurid sehingga diharapkan dapat mengoptimalkan program. Program PMT-AS merupakan salah satu intervensi membentuk kebiasaan anak untuk mengkonsumsi makanan sehat yang pada akhirnya dapat membantu pemerintah dalam upaya menuntaskan masalah gizi buruk dan stunting (Dirjen PAUD, 2018). Pola makan pada anak usia dini mempunyai peran penting karena akan mempengaruhi status gizi dan kesehatan. Guru PAUD sebagai pendidik mempunyai peran penting dalam pembentukan pola makan anak, karena anak akan lebih menuruti gurunya dibandingkan dengan orang tua nya sendiri. Dalam upaya menerapkan pola makan yang sehat perlu kerjasama antara guru dan orang tua, guru berperan dalam memberikan pembelajaran dan menghimbau siswa untuk menerapkannya di rumah. Pada program PMT-AS tidak hanya siswa yang mendapatkan keuntungan melainkan

guru dan orang tua juga memperoleh pengetahuan tentang makanan sehat dan membuat mereka terus belajar untuk bagaimana cara menyampaikan materi yang menarik kepada peserta didik (Yeni et al., 2020). Hasil Penelitian yang dilakukan oleh (Oktanigrum & Komariah, 2019) menyatakan bahwa ibu yang mempunyai pengetahuan mengenai pemberian makan sehat berpengaruh secara positif dan signifikan terhadap status gizi anak.

Jumlah tenaga kesehatan yang terbatas berdampak ternyahadap pelayanan kesehatan yang kurang optimal, sehingga untuk melakukan pemantauan kesehatan anak secara rutin perlu melibatkan kader posyandu dan guru PAUD (Sefrina & Elvandari, 2020). Mengingat masalah gizi seperti kasus stunting bukanlah penyakit yang terkadang sering tidak disadari dan tidak diketahui oleh masyarakat. Oleh sebab itu perlu edukasi dan peningkatan keterampilan masyarakat untuk melakukan deteksi dini stunting sehingga jika kasus stunting segera terdeteksi maka akan segera dapat tertangani. (Adistie et al., 2018). Kegiatan pendampingan deteksi dini masalah gizi pada peserta didik bertujuan untuk membantu guru untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan deteksi dini masalah gizi.

Pada kegiatan menyusun menu seimbang, dan menyiapkan makanan dengan bentuk yang variasi dan menarik dengan bahan pangan lokal dapat membantu guru PAUD dan orang tua untuk menghidangkan makanan sesuai kebutuhan nutrisi anak. Selama ini guru atau walimurid menyediakan PMT-AS sesuai dengan rutinitas, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Widaryanti et al., 2021) dimana penyusunan menu makan pada program PMT-AS berdasarkan rutinitas atau kebiasaan, karena belum ada panduan yang baku dari dinas kesehatan. Karena rendahnya pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam mengolah dan menyediakan makanan terkadang anak dibekali dengan makanan instan seperti nugget dan ayam goreng tanpa dilengkapi dengan sayur (Ningsih, 2020).

#### 4. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan ini diselenggarakan pada bulan Juni hingga Agustus 2022 di Desa Purwomartani, Kapanewon Kalasan, Kabupaten Sleman, D.I. Yogyakarta. Kegiatan diawali dengan sosialisasi program PMT-AS, Pendidikan kesehatan, pendampingan serta roleplay pembuatan PMT-AS dengan menu seimbang menggunakan bahan pangan lokal. Terdapat 16 peserta yang terdiri dari guru PAUD serta walimurid mengikuti kegiatan ini. Hasil evaluasi pre-test dan pos-test menunjukkan terdapat perubahan tingkat pengetahuan mengenai pemberian makanan tambahan anak sekolah menjadi lebih baik. Kegiatan selanjutnya yaitu deteksi dini masalah gizi pada peserta didik yang dilakukan oleh guru PAUD dan praktik menyusun menu seimbang, menyiapkan makanan dengan bentuk yang variasi dan menarik dengan bahan pangan lokal.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada PPPM Universitas Respati Yogyakarta atas dukungan finansial untuk penyelenggaraan kegiatan ini.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adistie, F., Lumbantobing, V. B. M., & Maryam, N. N. A. (2018). Pemberdayaan kader kesehatan dalam deteksi dini stunting dan stimulasi tumbuh kembang pada balita. *Media Karya Kesehatan*, 1(2).
- Bundy, D. A. P., Schultz, L., Sarr, B., Banham, L., Colenso, P., & Drake, L. (2017). The school as a platform for addressing health in middle childhood and adolescence. In *Disease Control Priorities, Third Edition (Volume 8): Child and Adolescent Health and Development*. World Bank. [https://doi.org/https://doi.org/10.1596/978-1-4648-0423-6\\_ch20](https://doi.org/https://doi.org/10.1596/978-1-4648-0423-6_ch20)
- Depkes RI. (2019). *Panduan Penyelenggaraan pemberian makanan tambahan pemulihan bagi Balita gizi kurang*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Dinas Kesehatan. (2020). *Profil Kesehatan Kabupaten Sleman Tahun 2020* (p. 173). Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman.
- Dinkes DIY. (2020). *Profil Kesehatan D.I. Yogyakarta Tahun 2020*. Dinas Kesehatan DIY.
- Dirjen PAUD. (2018). *Petunjuk Teknis Bantuan Pemberian Makanan Sehat Tahun 2018*. Dirjen PAUD dan Pendidikan Masyarakat.
- Kwofie, M. K. (2021). School Feeding and the Challenge of Supporting Nutritional Needs of Pupils in Ghana. *Food Sci. Nutr. Res*, 4, 1–6.
- Naimah, K. (2019). Mengembangkan Kecerdasan Sosial Emosional Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Makan Bersama di Sekolah. *El-Wasathiya: Jurnal Studi Agama*, 7(1), 63–85.
- Ningsih, A. S. (2020). *Implementasi Pemberian Makanan Tambahan Di Kecamatan Ambulu Tahun 2020 (Studi Deskriptif Peran Paud Dalam PHBS Untuk Anak Usia 2–4 Tahun)*. Universitas Muhammadiyah Jember.
- Oktaningrum, I., & Komariah, K. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Dalam Pemberian Makanan Sehat Dengan Status Gizi Anak Di SD Negeri 1 Beteng Kabupaten Magelang Jawa Tengah. *E-Journal Student PEND. TEKNIK BOGA-S1*, 8(1).
- Sefrina, L. R., & Elvandari, M. (2020). Pelatihan Penilaian Status Gizi pada Guru dalam Rangka Deteksi Siswa Stunting di Sekolah Dasar. *Dharmakarya*, 9(1), 4–7. <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/dharmakarya.v9i1.24854>
- Srimayarti, B. N., & Yenni, R. A. (2021). Implementasi Program Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMT-AS). *ARKESMAS (Arsip Kesehatan Masyarakat)*, 6(2), 20–24.
- Widaryanti, R., Yuliani, I., & Rahmuniyati, M. E. (2021). Kesiapan Penerapan program 8000 Hari Pertama Kehidupan di Kota Yogyakarta. *Jurnal Jarlit Bappeda Kota Yogyakarta*, 17.
- Yeni, D. I., Wulandari, H., & Hadiati, E. (2020). Pelaksanaan Program Pemberian Makanan Sehat Anak Usia Dini: Studi Evaluasi Program CIPP. *MURHUM: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1–15. <https://doi.org/https://doi.org/10.37985/murhum.v1i2.9>