

Modifikasi Es Krim Kacang Hijau untuk Balita Wasting di Wilayah Kerja Puskesmas Berangas Kabupaten Batola Kalimantan Selatan

Siti Mas'odah¹, Magdalena²

¹Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Kota Banjarbaru

sitimasodah.bjm@gmail.com

ABSTRACT

Wasting is a condition of acute malnutrition that can significantly affect a child's growth and development. The prevalence of wasting still reaches 10.2% according to the 2018 Basic Health Research (Riskesdas) data, and in 2023, Barito Kuala Regency has become one of the areas with the highest rates. Wasting is caused by direct factors such as inadequate food intake and infectious diseases, as well as indirect factors like food security and parenting styles. The impact of wasting not only disrupts a child's physical health but also their cognitive and social development. To address this issue, a community service team from Poltekkes Banjarmasin implemented a program providing traditional ice cream to toddlers experiencing wasting for six days, accompanied by education on balanced nutrition for parents. The intervention results showed an average weight gain of 0.21 kg among toddlers in two villages, along with an increase in the knowledge of health cadres regarding the prevention and management of stunting. This program is expected to serve as a model for tackling malnutrition in the community.

Keyword : Wasting, ice cream, Acute Malnutrition, Child Development, Nutritional Education

ABSTRAK

Wasting adalah kondisi kekurangan gizi akut yang dapat mempengaruhi tumbuh kembang anak secara signifikan. Prevalensi wasting masih mencapai mencapai 10,2% menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, tahun 2023 Kabupaten Barito Kuala menjadi salah satu daerah dengan angka tertinggi. Wasting disebabkan oleh faktor langsung seperti asupan makanan yang tidak memadai dan penyakit infeksi, serta faktor tidak langsung seperti ketahanan pangan dan pola asuh orang tua. Dampak dari wasting tidak hanya mengganggu kesehatan fisik anak tetapi juga perkembangan kognitif dan sosialnya. Untuk mengatasi masalah ini, tim pengabdian masyarakat dari Poltekkes Banjarmasin melaksanakan program pemberian es krim tradisional kepada balita yang mengalami wasting selama enam hari, disertai dengan edukasi tentang gizi seimbang kepada orang tua. Hasil intervensi menunjukkan peningkatan berat badan rata-rata balita dengan rerata 0,21 kg pada 2 desa, serta peningkatan pengetahuan kader mengenai pencegahan dan penanganan stunting. Program ini diharapkan dapat menjadi model dalam penanganan gizi buruk di masyarakat.

Kata kunci: Wasting, es krim, kekurangan gizi akut, tumbuh kembang anak, edukasi gizi

I. PENDAHULUAN

Wasting pada balita disebabkan oleh beberapa faktor yang saling berhubungan. Faktor langsung meliputi asupan makanan yang tidak memadai dan penyakit infeksi. Penelitian menunjukkan bahwa anak yang kekurangan asupan energi dan protein memiliki risiko lebih tinggi mengalami wasting (Hendrayati et al., 2013). Penyakit infeksi seperti diare dan pneumonia sering terjadi bersamaan dengan kekurangan gizi, sehingga memperburuk status gizi anak (Barasi, 2007). Selain itu, faktor tidak langsung yang berkontribusi terhadap kejadian wasting meliputi ketahanan pangan keluarga, pola asuh orang tua, serta akses terhadap pelayanan kesehatan yang memadai (Soedarsono et al., 2021). Kondisi ini diperparah oleh rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan pola makan yang sehat. Banyak orang tua yang belum memahami pentingnya pemberian ASI eksklusif dan makanan pendamping ASI yang bergizi untuk anak-anak mereka. Selain itu, tingkat pendidikan orang tua juga berpengaruh terhadap pengetahuan mereka mengenai gizi dan kesehatan anak. Dalam konteks ini, pendidikan kesehatan menjadi sangat penting untuk meningkatkan pemahaman masyarakat tentang nutrisi dan perawatan anak.

Masalah wasting pada balita tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik anak tetapi juga berpotensi menghambat perkembangan kognitif dan sosial mereka. Dampak jangka pendek dari wasting termasuk penurunan kemampuan eksplorasi lingkungan dan peningkatan kerentanan terhadap penyakit infeksi. Sementara itu, dampak jangka panjang mencakup gangguan kognitif dan peningkatan risiko kematian (Putri & Wahyono, 2013). Jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini dapat menyebabkan hilangnya potensi sumber daya manusia di masa depan. Penting untuk dicatat bahwa masalah wasting ini dapat dicegah melalui intervensi dini dan program-program kesehatan masyarakat yang terencana dengan baik. Pengembangan program kesehatan masyarakat yang fokus pada pencegahan gizi buruk sangat penting untuk mengatasi masalah ini. Program-program tersebut harus meliputi edukasi kepada orang tua tentang pentingnya nutrisi seimbang, pemeriksaan kesehatan rutin bagi balita, serta peningkatan akses terhadap pelayanan kesehatan.

Dalam rangka menanggulangi masalah wasting pada balita di Puskesmas Berangas, tim pengabdian masyarakat akan melaksanakan program pemberian es krim tradisional selama enam hari kepada balita yang mengalami wasting. Program ini bertujuan untuk meningkatkan berat badan balita tersebut dengan memberikan asupan gizi tambahan yang menarik bagi anak-anak. Es krim tradisional dipilih karena dapat menjadi alternatif makanan bergizi yang disukai anak-anak serta dapat meningkatkan nafsu makan mereka. Program ini akan dilengkapi dengan edukasi mengenai pentingnya gizi seimbang bagi balita kepada orang tua melalui seminar dan workshop. Edukasi ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran orang tua tentang pola makan yang sehat dan pemberian ASI eksklusif kepada Balita mereka. Selain itu, pemeriksaan kesehatan rutin akan dilakukan untuk memantau perkembangan status gizi balita setelah intervensi dilakukan.

II. METODE

Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengatasi masalah wasting pada balita di Desa Alalak Berangas melalui edukasi dan praktik pembuatan es krim tradisional. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan program ini terdiri dari beberapa tahapan yang sistematis dan terstruktur. Berikut adalah penjelasan mengenai tahapan atau langkah-langkah dalam melaksanakan solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan mitra.

Kegiatan pertama adalah penentuan Lokasi pemberian intervensi dalam peninjauan Lokasi ke wilayah kerja Puskesmas Berangas, kemudian di dapat 2 lokasi tertinggi wasting. Kemudian ditentukan masing-masing 10 anak per desa untuk di intervensi sehingga didapat 20 anak. Tahap selanjutnya adalah memberikan edukasi kepada para kader tentang wasting kemudian setelah hal tersebut diambil evaluasi Tingkat pemahaman pengetahuan kader tentang materi yang telah diberikan. Tahapan selanjutnya adalah memberikan workshop pembuatan es krim secara tradisional kepada kader serta pemberian alat untuk pembuatan es krim kepada masing-masing ketua kader ke dua desa sebagai perwakilan. Kemudian diberikan intervensi es krim kepada 20 Balita selama 6 hari serta mengukur berat badan balita sebelum dan sesudah hari intervensi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan oleh tim dosen Jurusan Gizi Poltekkes Banjarmasin beserta beberapa orang mahasiswa dari prodi Sarjana terapan Jurusan Gizi dilaksanakan dalam beberapa tahapan yaitu edukasi, workshop pembuatan es krim, intervensi pemberian es krim ke balita stunting, serta melakukan evaluasi dari hasil intervensi dan edukasi kader. Dari hal tersebut didapat data sebagai berikut :

Table 1. Jenis Kelamin Balita

	LAKI-LAKI	PEREMPUAN
DESA PULAU SUGARA	40%	60%
DESA PULAU WANGI	40%	60%

Jenis Kelamin pada balita wasting di kedua desa baik Pulau Sugara ataupun Pulau Wangi di dominasi oleh Perempuan yaitu 60 %.

Pada negara berkembang seperti Indonesia, masalah gizi adalah masalah yang cukup mendasar, Dimana balita merupakan kelompok rentan terkena masalah tersebut. Hal tersebut disebabkan kebutuhan gizi balita tinggi untuk menunjang proses tumbuh kembang nya serta kekebalan tubuh (Purwandi, dkk. 2023). *Wasting* merupakan masalah gizi yang tinggi di Indonesia berdasarkan pada *Z-score* <-3 SD sd <-2 SD. Menurut WHO *Wasting* adalah gabungan dari gizi buruk dan gizi kurang, sehingga bisa menyebabkan kematian. *Wasting* dapat berdampak jangka pendek pada Kesehatan individu yaitu menyebabkan mortalitas, morbiditas dan disabilitas, sedangkan dalam jangka Panjang mengakibatkan terganggunya tinggi badan anak, kemampuan kognitif anak, produktivitas ekonomi, Kesehatan reproduksi dan memicu penyakit tidak menular. (Purwandi,dkk).

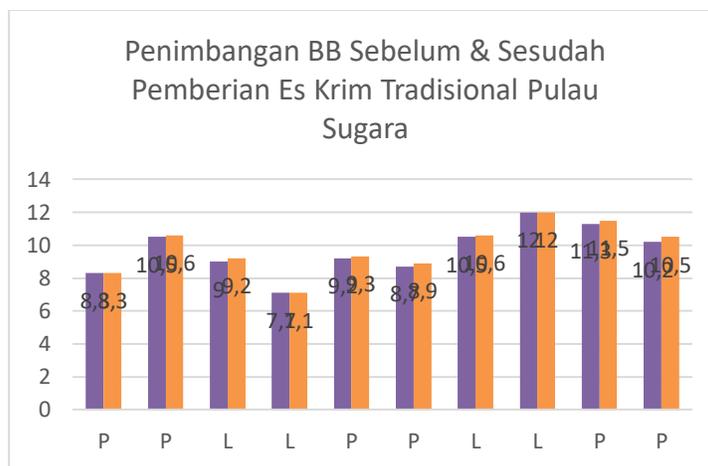
Dari beberapa penelitian diketahui bahwa dominan penderita wasting ataupun stunting biasanya banyak terjadi pada balita dengan jenis kelamin laki-laki (Asri,FAR,dkk, 2018.,Rhamadani,dkk.2020, Purwandi, dkk.2023). tetapi menurut Yuningsih (2022) tidak didapati pengaruh antara kejadian stunting, wasting dan gizi buruk lainnya dengan jenis kelamin, hal tersebut dikarenakan didapat dari factor lain seperti pemberian asupan nutrisi yang tepat di masa pertumbuhan bayi. Balita akan mengalami gangguan pertumbuhan apabila nutrisi yang diberikan kepada nya kurang tanpa memandang jenis kelamin nya.

Sedangkan usia balita penderita wasting yang mengikuti kegiatan ini menurut Table.2 di kedua desa tersebut yang terbanyak adalah umur 37 sampai dengan 60 bulan sebanyak 50 %.

Table 2. Usia Balita

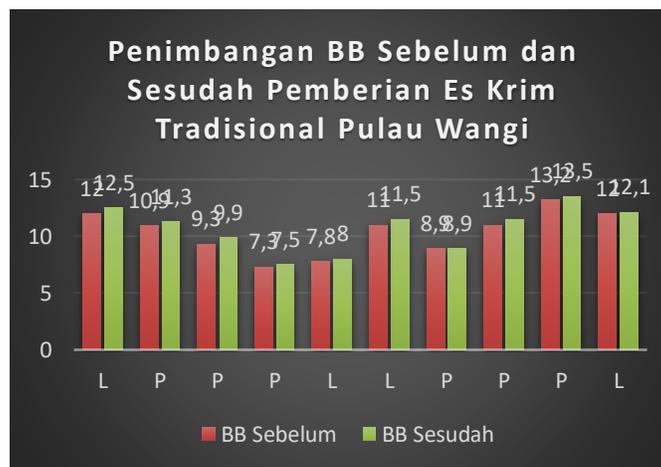
USIA (BLN)	12-24	25-36	37-60
DESA PULAU SUGARA	20%	30%	50%
DESA PULAU WANGI	30%	20%	50%

Dari gambar 1. Terlihat hasil intervensi di desa Pulau Sugara, Balita yang di beri intervensi es krim selama 6 hari mengalami peningkatan rata-rata 0,12 kg.



Gambar 1. Data Intervensi Penimbangan Balita Desa Pulau Sugara

Sedangkan pada gambar 2. Didapat hasil data penimbangan balita yang di intervensi es krim selama 6 hari mengalami peningkatan berat badan dengan rata-rata lebih tinggi yaitu 0,3 kg.



Gambar 2. Data Intervensi Penimbangan Balita Desa Pulau Wangi

Seorang anak yang sehat biasanya akan menunjukkan pertumbuhan normal serta peningkatan berat badan setiap bulannya. Kenaikan berat badan balita harus sesuai dengan usianya. Jika balita tidak mengalami kenaikan berat badan selama beberapa bulan, hal ini bisa menjadi tanda kekurangan gizi (Irwan et al., 2020). Salah satu cara untuk membantu meningkatkan berat badan balita adalah dengan memberikan makanan tambahan. Makanan tambahan ini dapat dibuat dengan bahan-bahan tradisional yang bernutrisi tinggi seperti kacang hijau dan santan dari kelapa sebagai bahan lemak (Rahayu, Anna, dan Nurindahsari, 2018).



Gambar 3. Workshop Pembuatan Es krim



Gambar 4. Es Krim Kacang Hijau

Formula es Krim merupakan formula alternatif yang sudah terbukti dapat membantu menambah berat badan anak – anak kurang gizi. Kacang hijau adalah salah satu kelompok kacang-kacangan yang mengandung protein tinggi dan sumber protein nabati. Protein biji kacang hijau mengandung 8 asam amino esensial, yaitu Valin, Leusin, Isoleusin, Metionin, Fenilalanin, Lisin, dan Triptofan. Selain itu juga mengandung lemak, karbohidrat serta mineral yang dibutuhkan tubuh. Selain itu kacang hijau juga mengandung beberapa vitamin seperti vitamin A dan vitamin B1. Kacang hijau dapat diolah menjadi berbagai jenis makanan seperti bubur, minuman, kue atau pangan tradisional, dan berbagai olahan tersebut sudah lama dikenal oleh masyarakat Indonesia. Namun makanan olahan es krim kacang hijau belum banyak di Indonesia. Dalam 100 gr kacang hijau terkandung 31 kalori dan berbagai zat gizi baik makro nutrient ataupun mikro nutrient seperti vitamin dan mineral lainnya seperti Vitamin B, C, folat dan magnesium. Sangat banyak manfaat kacang hijau, sehingga sangat bagus untuk dikonsumsi Balita diolah dalam bentuk es krim sebagai PMT mengatasi balita gizi kurang.

Kacang hijau yang dibuat menjadi es krim terbukti dapat meningkatkan Berat badan balita, dari data desa pulau sugara dan pulau wangi rata-rata kenaikan berat badan balita adalah 0,12 kg dan 0,3 kg atau di rata-rata 0,21 kg. Sejalan dengan penelitian Maria M.T (2019) dan YV, Editia (2023) bahwa es krim dengan penambahan bahan tradisional yang memiliki nutrisi tinggi mempunyai efek positif terhadap pencegahan dan penanggulangan malnutrisi pada balita. Ada beberapa anak yang tidak mengalami kenaikan berat badan, menurut Hermansyah,dkk (2014) seharusnya pemberian intervensi sebaiknya diberikan minimal 3 bulan untuk mendapatkan hasil kenaikan berat badan yang maksimal.

Hasil evaluasi pengetahuan kader sesuai Gambar 3 didapat data bahwa rata-rata skor nilai adalah 9 dari nilai maksimal 10, berarti dapat dianggap para kader sudah sangat mengerti pengetahuan yang diberikan tentang wasting.



Gambar 5. Skor Akhir Pengetahuan

Masalah gangguan tumbuh kembang pada bayi dan anak di bawah usia dua tahun adalah isu yang harus ditangani dengan serius. Masa ini merupakan periode yang sangat penting dan kritis untuk perkembangan fisik dan kecerdasan anak. Kondisi seperti kurus dan stunting pada usia sekolah dapat mempengaruhi kemampuan belajar mereka. Selain itu, ibu hamil yang mengalami Kurang Energi Kronis (KEK) dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan kesehatan bayi mereka. Kader kesehatan, baik laki-laki maupun perempuan, adalah individu yang dipilih oleh masyarakat dan dilatih untuk menangani masalah kesehatan, baik secara individu maupun komunitas. Mereka bekerja dengan sangat dekat dengan fasilitas pelayanan kesehatan dasar. Kader ini merupakan tenaga sukarela yang ideal untuk usaha-usaha kesehatan masyarakat karena berasal dari komunitas lokal, sehingga mereka lebih mengenal dan dihormati oleh masyarakat, menjadikan saran dan petunjuk mereka lebih mudah diterima dan diikuti. (Lestari,2020).

Dari hasil penelitian Lestari 2020 sesuai dengan hasil yang didapat dari kegiatan pengabmas ini yaitu manfaat langsungnya adalah peningkatan pengetahuan dan pemahaman kader tentang pencegahan dan penanggulangan wasting, sedangkan manfaat tidak langsungnya diharapkan para kader dapat meningkatkan sikap dan perilaku yang positif dalam Upaya pencegahan dan penanggulangan wasting.



Gambar 6. Pemberian Edukasi Kader

IV. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh tim dosen Jurusan Gizi Poltekkes Banjarmasin menunjukkan bahwa intervensi pemberian es krim berbahan dasar kacang hijau dapat meningkatkan berat badan balita yang mengalami masalah gizi, khususnya wasting. Data menunjukkan bahwa balita di Desa Pulau Sugara mengalami kenaikan berat badan rata-rata sebesar 0,12 kg, sedangkan di Desa Pulau Wangi, kenaikannya mencapai 0,3 kg. Hal ini mengindikasikan potensi es krim sebagai makanan tambahan yang efektif dalam meningkatkan status gizi balita. Meskipun ada beberapa anak yang tidak mengalami kenaikan berat badan, secara keseluruhan intervensi ini memberikan dampak positif terhadap kesehatan dan pertumbuhan anak. Pengetahuan kader juga terlihat pemahaman yang tinggi terhadap wasting dengan nilai skor evaluasi rata-rata adalah 9 dari nilai 10 maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

Anik Lestari, Diffah Hanim. Persetujuan atau Pernyataan Mitra. *AgriHealth: Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health.* 1(1), 7-13, 2020. URL: <https://jurnal.uns.ac.id/agrihealth/article/view/41106> DOI: <http://dx.doi.org/10.20961/agrihealth.v1i1.41106>

Asri, FARA. R Nooraeni. 2018. Pemodelan Determinan Kejadian Wasting pada Balita di Indonesia tahun 2018 dengan Logistik Biner. Seminar Nasional Official Statistics 2019: Pengembangan Official Statistics dalam mendukung Implementasi SDG's

Editia, YV. N, Sigahitong. 2023. Pemberian Es Krim Daun Kelor Terhadap Berat Badan Balita. *Jurnal IMJ: Indonesia Midwifery Journal* Vol 6 No 2 Tahun 2023

Fanny,L. TD, Kartini, Magdalena. 2021. Kualitas Organoleptik Es Krim Santan. *Jurnal Kesehatan Manarang* Volume 7, Nomor 2,Desember 2021, pp. 78-84 (Print) *Journal homepage:*<http://jurnal.poltekkesmamuju.ac.id/index.php/m>

Lestari, Anik, D. Hanim. 2020. Edukasi Kader dalam Upaya Pencegahan dan Penanggulangan Stunting di Kecamatan Mondokan Kabupaten Sragen

Purhadi, Rahmawati, Zaenat Joni Mustofa. Pengaruh Pemberian Bubur Kacang Hijau Terhadap Perubahan Berat Badan Balita dengan Status Gizi Kurang di wilayah kerja Puskesmas Tawangharjo Kabupaten Grobogan. https://r.search.yahoo.com/_ylt=AwrKBweTKCxn8wEAlt7LQwx.;_ylu=Y29sbwNzZzMEcG9zAzQEdnRpZAMEc2VjA3Ny/RV=2/RE=1732156819/RO=10/RU=https%3a%2f%2fejurnal.anurpurwodadi.ac.id%2findex.php%2fTSCNers%2farticle%2fdownload%2f137%2f154/RK=2/RS=Jp_oPNsa3440ejpynJPH3xlfSDs-

Purwadi, HV, D Nurrika, M Wulandari. 2023. Determinants of Wasted Among Age 6-59 Months: The Indonesia Family Life Survey 2014. *Amerta Nutrition* Vol. 7 Issue 1SP (Mei 2023). 17-24

Rhamadani, RA. R Adrianto, R. Noviasy. 2020. Underweight, stunting, wasting and related to eating intake, mother's knowledge, and utilization of Healt service. *Jurnal Riset Gizi*, Vol.8 No.2 2020

Jurnal Rakat Sehat (JRS) Pengabdian Kepada Masyarakat

ISSN : 2963-0258 (*Online*) Vol. 4 No. 1 2025

UNICEF (United Nations Children's Fund). 2020. Situasi Anak di Indonesia-Tren, peluang, dan Tantangan dalam Memenuhi Hak-Hak Anak. Unicef Indonesia, 8–38.

Yuningsih, D.Perbawati. 2022. Hubungan Jenis Kelamin terhadap Kejadian Stunting. Jurnal MID-Z (Midwifery Zigot) Jurnal Ilmiah Kebidanan (May 2022), Volume 5, Nomor 1.