

## **PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN BAGI ANAK SEKOLAH GUNA MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN ANAK DI TK MALAHAYATI KOTA LHOKSEUMAWE**

**Harvina Sawitri, Nora Maulina**

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Malikussaleh

[harvina.sawitri@unimal.ac.id](mailto:harvina.sawitri@unimal.ac.id)

### **ABSTRAK**

*Anemia adalah masalah kesehatan yang banyak menimpa anak sekolah di negara-negara berkembang. Di Indonesia, angka anemia pada anak masih tergolong tinggi. Anemia defisiensi besi pada anak akan memberikan dampak yang negatif terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak, yaitu dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya infeksi. Selain itu berkurangnya kandungan besi dalam tubuh juga dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan organ tubuh akibat oksigenasi ke jaringan berkurang. Masalah yang paling penting yang ditimbulkan oleh defisiensi besi yang berlangsung lama, adalah menurunkan daya konsentrasi dan prestasi belajar pada anak. Program Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMTAS) pada kelompok anak sekolah memiliki dampak luas yang tidak saja pada aspek kesehatan, gizi dan pendidikan masa kini tetapi juga secara langsung memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa mendatang. PMTAS bertujuan untuk meningkatkan kecukupan asupan gizi peserta didik melalui makanan tambahan; meningkatkan ketahanan fisik dan kehadiran peserta didik dalam mengikuti kegiatan belajar; meningkatkan kesehatan anak khususnya dalam penanggulangan penyakit kecacingan; meningkatkan pengetahuan dan perilaku peserta didik untuk menyukai makanan lokal bergizi, menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Lingkungan Bersih dan Sehat (LBS); meningkatkan partisipasi masyarakat dalam memanfaatkan dan pengadaan pangan lokal; dan meningkatkan kesadaran dan partisipasi masyarakat dalam upaya perbaikan gizi peserta didik, produksi pertanian, pendapatan masyarakat dan kesejahteraan keluarga. Hasil dari pengabdian adalah melalui program pengabdian ini, pengetahuan guru, siswa dan orangtua dapat meningkat tentang pencegahan Hb rendah pada siswa dan melalui program ini juga orangtua dan guru diberikan contoh makanan tambahan yang bergizi untuk meningkatkan kadar Hb anak.*

**Kata Kunci:** *PMTAS, Anak-Sekolah, Anemia*

### **PENDAHULUAN**

Program PMTAS diluncurkan dalam rangka percepatan pencapaian tujuan pembangunan nasional yang terkait dengan: pengentasan gizi buruk (Insiden terhambatnya pertumbuhan fisik pada anak usia 6-14 tahun terjadi pada 13.3 persen anak laki-laki dan 10.9 persen anak perempuan di tahun 2010); mencapai pendidikan untuk semua (angka putus sekolah di tingkat Sekolah Dasar di beberapa Provinsi melebihi 3 persen<sup>2</sup>); dan pengentasan kemiskinan (30 juta orang Indonesia berada di bawah angka garis kemiskinan nasional<sup>3</sup>). Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMTAS) memiliki tujuan sebagai berikut: (1) Memperbaiki asupan gizi; (2) Memperbaiki ketahanan fisik; (3) Meningkatkan kehadiran dan minat belajar; (4) Meningkatkan kesukaan akan makanan daerah yang bergizi; (5) Memperbaiki perilaku bersih dan sehat, termasuk kebiasaan makan yang sehat; (6) Meningkatkan partisipasi masyarakat; (7) Menambah pendapatan masyarakat melalui peningkatan penggunaan produksi setempat.

Program Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah (PMTAS) pada kelompok anak sekolah memiliki dampak luas yang tidak saja pada aspek kesehatan, gizi dan pendidikan masa kini tetapi juga secara langsung memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa mendatang. Anak sekolah merupakan sasaran strategis dalam perbaikan gizi masyarakat, karena anak sekolah sedang mengalami pertumbuhan secara fisik dan mental yang sangat diperlukan guna menunjang kehidupannya di masa mendatang. Menurut hasil Riskesdas 2018, prevalensi anak berusia 0-59 bulan yang mendapat PMT (Pemberian Makanan Tambahan) hanya 41,7%. Dari jumlah anak yang mendapat pemberian makanan tambahan,

97,1% hanya mendapat 0-30 bungkus dalam setahun, 2% mendapat 31-89 bungkus pertahun dan lebih dari 90 bungkus hanya 0,9%. Oleh karena itu, pengabdian akan dilakukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin anak dengan cara melakukan Pemberian Makanan Tambahan pada Anak Sekolah di TK Malahayati Kota Lhokseumawe.

### **METODE PENELITIAN**

Metode pendekatan yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan di atas adalah: Edukasi PMTAS; Edukasi kepada orangtua, guru dan siswa tentang makanan yang bergizi bagi anak. Penyuluhan yang diberikan adalah mengenai jenis-jenis makanan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin seperti protein, karbohidrat dan vitamin mineral yang dapat mencegah kekurangan hemoglobin dalam darah.

Pemberian Makanan Tambahan; Pemberian contoh makanan tambahan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah seperti kacang hijau, susu dan biskuit. Dan diharapkan ada pemberian makanan tambahan rutin bagi anak sekolah.

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil yang telah dicapai melalui program kegiatan ini adalah sesuai dengan target yang telah direncanakan sebelumnya yaitu:

Edukasi PMTAS; Kegiatan pemberian informasi kepada siswa, orangtua dan guru tentang pentingnya gizi pada anak terkait dengan peningkatan kadar hemoglobin pada anak. Sosialisasi program disampaikan oleh tim pengabdian dosen FK Unimal dalam bentuk edukasi satu arah antara tim pengabdian dengan guru dan tim pengabdian dengan orangtua siswa. Informasi yang disampaikan adalah tentang makanan bergizi untuk menaikkan Hb rendah, yaitu tambah asupan makanan yang kaya zat besi (Fe). Zat besi bekerja untuk meningkatkan produksi hemoglobin, dan juga membantu membentuk lebih banyak sel darah merah. Makanan yang kaya akan zat besi antara lain: daging dan ikan, hati ayam atau sapi, telur, sayuran hijau seperti bayam, kacang-kacangan dan biji-bijian (contoh kacang hijau, kacang kedelai) dan brokoli

Pemberian Makanan Tambahan untuk Anak Sekolah; Pada kegiatan ini dilakukan pemberian makanan tambahan pada anak sekolah yaitu pemberian contoh makanan bergizi, sehingga orangtua dan guru dapat memberikan jenis makanan yang sama pada siswa. Contoh makanan yang diberikan adalah susu, bubur kacang hijau dan agar-agar.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan uraian yang telah disampaikan pada bab sebelumnya dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Melalui program pengabdian ini, pengetahuan guru, siswa dan orangtua dapat meningkat tentang pencegahan Hb rendah pada siswa
2. Melalui program ini juga orangtua dan guru diberikan contoh makanan tambahan yang bergizi untuk meningkatkan kadar Hb anak.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Dedy Gunadi, dkk. 2009. Terapi dan Suplementasi Besi pada Anak. *Sari Pediatri*, Vol. 11, No. 3, Oktober 2009.
- Suiraoaka, Putu I., Sugiani, PP Sri., Padmiari, Eka. Pengaruh Pemberian Makanan Tambahan Anak Sekolah Terhadap Status Gizi Kadar Hb dan Prestasi Belajar Anak SD di Kota Denpasar. *Jurnal Sangkaerang Mataram*. Volume 3 No.2 2017.

- Aaltje E Manampiring. 2008. Prevalensi Anemia dan Tingkat Kecukupan Zat Besi pada Anak Usia Sekolah Dasar di Desa Minaesa Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara. Fakultas Kedokteran Universitas Samratulangi Manado.
- Nurnia. Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Hemoglobin Anak Sekolah Dasar Diwilayah Pesisir Kota Makassar. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin. 2013.
- ACDP. Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan bagi Anak Sekolah (PMT-AS). Program Kemitraan untuk Pengembangan Kapasitas dan Analisis Pendidikan (ACDP), *Badan Penelitian dan Pengembangan (BALITBANG)*, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. 2013.
- Chairul Sandro Utama. 2011. Anemia pada Anak. Paper Presentasi pada Kegiatan Sosialisasi dan Seminar tentang Anemia Gizi Besi pada Anak Usia Sekolah tanggal 28 Juni 2011 di Aula Pemda Kepahiang.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2012. Profil Data Kesehatan Indonesia Tahun 2011. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Lembag penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2019.
- Purnamasari,Rini. Anemia Kekurangan Zat Besi. Artikel. <http://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/anemia-kekurangan-zat-besi>. 2016 diunduh tanggal 9 September 2019.
- Salbiah, Nurul Adriana. Hari Anak Nasional, Lindungi Buah Hati dari Ancaman Anemia. Artikel., 2018 diunduh dari <https://www.jawapos.com/kesehatan/childrens/> tanggal 9 September 2019 pukul 15.46.