Nerspedia
Received Februari 2024, Accepted Agustus 2024
@Nerspedia 2024
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444

Gangguan Pemenuhan Nutrisi pada Anak A

Joko Nugroho[1], Eka Santi[2*]

[1,2] Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km. 36, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia, 70714

*Email korespondensi: e.santi15@ulm.ac.id

ABSTRAK

Gangguan nutrisi pada balita merupakan masalah kurang gizi kronis akibat asupan gizi yang tidak adekuat dalam waktu lama, yang berdampak pada penurunan berat badan dan hambatan pertumbuhan linier. Salah satu nutrisi penting untuk mengatasi kondisi ini adalah protein hewani, seperti ikan gabus yang memiliki kadar protein tinggi. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan asuhan keperawatan pada anak balita dengan gangguan nutrisi melalui pemberian olahan ikan gabus dan edukasi gizi kepada keluarga. Desain penelitian adalah studi kasus pada seorang anak laki-laki usia 30 bulan dengan keluhan susah makan, berat badan 9 kg, tinggi badan 82 cm, lingkar kepala 45,5 cm, dan LILA 10 cm. Hasil pengukuran status gizi berdasarkan standar WHO menunjukkan BB/U -2,86 SD (gizi kurang), TB/U -2,9 SD (pendek), dan BB/TB -2,2 SD (kurus). Berdasarkan CDC 2000, berat badan anak berada pada 73% (kategori gizi kurang). Intervensi yang diberikan meliputi pemberian olahan ikan gabus 100-200 gram per hari selama 21 hari serta edukasi "Isi Piringku" dengan porsi seimbang (1/3 nasi, 1/3 sayur, 1/3 ikan, dan buah-buahan). Evaluasi dilakukan melalui pemantauan berat badan dan kepatuhan keluarga. Setelah 21 hari intervensi dengan tiga kali pertemuan, terjadi peningkatan berat badan balita. Evaluasi menunjukkan masalah keperawatan "nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh" teratasi sebagian. Keluarga berkomitmen untuk mencukupi kebutuhan protein anak, membuat variasi olahan ikan gabus (sup, tepung, kukus), serta menghindari jajan sembarangan. Pemberian olahan ikan gabus yang kaya protein tinggi efektif membantu peningkatan berat badan pada balita dengan gangguan nutrisi.

Kata Kunci: Balita, Gangguan Nutrisi, Ikan Gabus

ABSTRACT

Nutritional disorders in toddlers are a chronic malnutrition problem caused by inadequate nutrient intake over a long period, resulting in weight loss and impaired linear growth. One of the essential nutrients to address this condition is animal protein, such as snakehead fish (Channa striata), which has a high protein content. This study aimed to provide nursing care to a toddler with a nutritional disorder through the administration of processed snakehead fish and nutritional education to the family. The study design was a case study of a 30-month-old boy with poor appetite, body weight 9 kg, height 82 cm, head circumference 45.5 cm, and mid-upper arm circumference 10 cm. Nutritional status assessment based on WHO standards showed weight-for-age -2.86 SD (undernutrition), height-for-age -2.9 SD (stunted), and weight-for-height -2.2 SD (wasted). According to CDC 2000, the child's weight was at 73% (undernutrition category). The intervention included providing 100–200 grams of processed snakehead fish per day for 21 days, along with "My Plate" education on balanced portions (1/3 rice, 1/3 vegetables, 1/3 fish, and fruits). Evaluation was conducted by monitoring weight gain and family compliance. After 21 days of intervention with three meetings, the toddler's weight increased. The evaluation showed that the nursing diagnosis of "nutrition less than body requirements" was partially resolved. The family committed to meeting the child's protein needs, preparing various snakehead fish dishes (soup, flour-coated, steamed), and avoiding random snacking. The administration of processed snakehead fish, which is rich in protein, effectively helps increase body weight in toddlers with nutritional disorders.

Keywords*: Nutritional Disorder, Snakehead Fish, Toddler*

Cite this as: Nugroho J dan Santi E. (2024). Gangguan Pemenuhan Nutrisi pada Anak. Nerspedia; 6(5): 559-563.

PENDAHULUAN

Pertumbuhan merupakan salah satu indikator kesehatan dan status gizi yang terjadi pada bayi, balita hingga anak-anak. Permasalahan yang terkait dengan asupan gizi dapat menimbulkan

keterbatasan pada kemampuan anak saat memasuki usia dewasa. Dunia saat ini, mulai berbenah untuk mengatasi masalah-masalah yang ada pada anak-anak termasuk permasalahan asupan gizi dan nutrisi anak. Gangguan nutrisi adalah masalah pertumbuhan yang di alami oleh balita yang sekarang ini menjadi masalah priortitas oleh WHO dan termasuk dalam SDG's. Stunting (kekurangan pertumbuhan linier) umumnya terjadi setelah berbulan-bulan malnutrisi, dan lingkar kepala terhindar kecuali dengan kronis, parah malnutrisi. FTT yang simetris (berat badan proporsional, tinggi/panjang, dan lingkar kepala) menunjukkan malnutrisi yang sudah berlangsung lama, kromosom kelainan, infeksi kongenital, atau pajanan teratogenik. Perawakan pendek dengan berat badan yang diawetkan menunjukkan etiologi endokrin (4).

Untuk memenuhi asupan gizi tersebut maka perlu diperhatikan konsumsi makanan yang diberikan salah satu acuan untuk pemberian makan adalah dengan memahami tentang isi piringku yaitu setiap piring nasi diusahakan ada ikan, sayur dan buah dengan porsi 1/3 nasi, 1/3 sayur dan 1/3 ikan serta buah buahan dan memberi makan anaknya lebih sering jika anak makan sedikit.

Salah satu asupan nutrisi yang terpenting adalah asupan protein dan salah satu penghasil protein yang tinggi adalah ikan gabus yang banyak di daerah sungai, rawa dan perairan dangkal lainnya, ikan gabus merupakan salah satu genus dari *Channa* (1). Ikan gabus merupakan ikan dengan kandungan kadar protein yang tinggi. Kadar protein ikan gabus mencapai 25,5%, lebih tinggi dibandingkan protein ikan bandeng (20,0%), ikan emas (16,05%), ikan kakap (20,0%), maupun ikan sarden (21,1%) (3).

Pemberian protein hewani yang salah satunya dari ikan dapat memperbaiki status gizi pada anak gangguan nutrisi, semakin tinggi asupan protein hewani maka *Z-score* akan semakin tinggi yang artinya anak tidak gangguan nutrisi. Menurut WHO gangguan nutrisi adalah status kurang gizi dan bersifat menahun yang diderita pada masa pertumbuhan dan perkembangan bahkan mulai fase awal kehidupan. *Z-score* adalah indikator untuk menilai keadaan ini dimana akan dibandingkan antara tinggi badan atau panjang badan terhadap umur PB/U atau TB/U) dan dihasilkan nilai < -2 SD 7).

Indonesia berada pada posisi 3 besar di kawasan asia tenggara untuk kejadian gangguan nutrisi pada tahun 2005-2017 dengan 36,4% (6) dan berdasarkan hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa angka gangguan nutrisi di Indonesia berada di level 30,8% dengan Indonesia provinsi Kalimantan Selatan termasuk ke dalam wilayah penderita gangguan nutrisi terbanyak yaitu 33,2% (2). Sedangkan data gangguan nutrisi di Kabupaten Banjar pada tahun 2020 sebanyak 2.929 anak, dan data anak dengan gangguan nutrisi di wilayah puskesmas martapura barat sebanyak 24, dan data anak dengan gangguan nutrisi di desa antasan sutun per bulan april 2021 sebanyak 9 anak.

Berdasarkan data prevalensi gangguan nutrisi di Indonesia (30,8%), khususnya Kalimantan Selatan (33,2%) serta temuan 9 anak dengan gangguan nutrisi di Desa Antasan Sutun (April 2021), ditemukan salah satu kasus anak laki-laki usia 30 bulan dengan hasil pengukuran BB/U -2,86 SD (gizi kurang), TB/U -2,9 SD (pendek), dan BB/TB -2,2 SD (kurus). Anak juga mengalami susah makan dan diare berulang. Kondisi ini diperburuk oleh rendahnya asupan protein hewani serta keterbatasan pengetahuan keluarga

tentang pola makan seimbang, padahal wilayah tersebut merupakan lahan basah yang kaya akan ikan gabus sebagai sumber protein tinggi. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan melalui intervensi pemberian olahan ikan gabus dan edukasi "Isi Piringku" guna meningkatkan status gizi dan berat badan anak secara bertahap dengan melibatkan peran aktif keluarga.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus (*case study*) untuk menggambarkan asuhan keperawatan pada anak dengan gangguan pemenuhan nutrisi. Subjek penelitian adalah seorang anak laki-laki berusia 30 bulan yang mengalami gangguan nutrisi dengan keluhan utama susah makan, diare berulang, serta hasil pengukuran antropometri menunjukkan berat badan kurang (BB/U -2,86 SD), pendek (TB/U -2,9 SD), dan kurus (BB/TB -2,2 SD) berdasarkan standar WHO.

Intervensi yang diberikan meliputi pemberian olahan ikan gabus sebanyak 100-200 gram per hari selama 21 hari serta edukasi kepada keluarga tentang konsep "Isi Piringku" yang mencakup porsi makan seimbang (1/3 nasi, 1/3 sayur, 1/3 ikan/ protein, serta buah-buahan). Edukasi juga diberikan tentang pentingnya pemberian makan lebih sering dengan porsi kecil dan variasi menu makanan. Keterlibatan keluarga menjadi komponen utama dalam pelaksanaan intervensi.

Pengumpulan data dilakukan melalui anamnesis, pemeriksaan fisik, pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan, lingkar kepala, dan lingkar lengan atas), serta wawancara dengan keluarga. Status gizi dinilai menggunakan standar WHO dan CDC 2000. Implementasi keperawatan mengacu pada *Nursing Interventions Classification* (NIC) yang meliputi pengajaran tentang gangguan nutrisi, peningkatan pengetahuan keluarga tentang variasi makanan, dan diskusi tentang upaya penanggulangan gangguan nutrisi dengan metode komplementer. Evaluasi dilakukan pada hari ke-3 (3 Mei 2021) dan hari ke-17 (17 Mei 2021) setelah intervensi untuk memantau perubahan berat badan dan kepatuhan keluarga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari pengkajian yang dilakukan pada anak, ditemukan masalah bahwa anak mengalami masalah nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh berhubungan dengan asupan diet kurang. Hal ini sesuai dengan pengkajian yang dilakukan serta pengukuran pada BB/U. Hasil pengkajian menunjukkan anak tersebut susah untuk makan, dalam satu hari anak hanya makan sekitar 2x dan hanya menghabiskan setengah piring dan terkadang tidak habis. Anak menderita diare kurang lebih 6 kali sehari dalam setahun dan dari hasil pengukuran BB/U anak tersebut mengalami BB kurang.

Berdasarkan data yang didapatkan pada saat melaukan pengkajian dapat disimpulkan masalah keperawatan keperawatannya adalah gangguan nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh berhubungan dengan kurangnya asupan nutrisi.

Dari masalah keperawatan tersebut maka intervensi keperawatan yang dapat dilakukan pada masalah keperawatan anak A adalah dengan memperhatikan asupan nutrisi pada anak A serta pemberian edukasi kepada keluarga seperti edukasi tentang isi piringku yaitu setiap piring nasi di usahakan ada ikan, sayur dan buah dengan porsi 1/3 nasi, 1/3 sayur dan 1/3 ikan serta buah buahan dan memberi makan anaknya lebih

sering jika anak makan sedikit dalam melakukan intervensi ini keterlibatan keluarga sangat diperlukan.

Pemberian olahan ikan gabus untuk menunjang asupan protein pada anak dengan gangguan nutrisi. Hal ini dilakukan dengan pertimbangan beberapa hal seperti ikan gabus mudah didapatkan di daerah tersebut yang merupakan daerah lahan basah dan intervensi mudah dilakukan oleh keluarga sendiri.

Implementasi keperawatan dilakukan dengan NIC (*Nursing Interventions Classification*) yaitu: pengajaran tentang gangguan nutrisi, yang antara lain dengan mengali pengetahuan keluarga tentang gangguan nutrisi, memberi pengetahuan keluarga tentang variasi makanan untuk anak dengan pendekatan isi piringku, mendiskusikan bersama tentang upaya penanggulangan gangguan nutrisi dengan metode komplementer yakni menggunakan olahan ikan gabus dan menanyakan kembali tentang apa yang sudah didiskusikan

Evaluasi I tanggal 3 Mei 2021 pada pukul 08.10 WITA didapatkan hasil keluarga sudah mulai bisa memberikan makan anak dengan baik dengan yaitu setiap piring nasi diusahakan ada ikan, sayur dan buah dengan porsi 1/3 nasi, 1/3 sayur dan 1/3 ikan serta buah buahan dan memberi makan anaknya lebih sering jika anak makan sedikit dari data pengukuran didapatkan hasil bahwa berat badan naik menjadi 9,3 kg dari sebelumnya 9 kg.

Evaluasi II tanggal 17 Mei 2021 pada pukul 08.00 WITA didapatkan hasil keluarga akan berusaha untuk mencukupi asupan protein dari ikan gabus dan membuat variasi olahan ikan gabus. Dari data pengukuran didapatkan hasil bahwa berat badan naik menjadi 9,5 kg dari sebelumnya dievaluasi I adalah 9,3 kg.

Rencana tindak lanjut yang dilakukan adalah keluarga dijelaskan pentingnya pemberian makanan tinggi protein terutama olahan ikan gabus yang banyak dijumpai di wilayah sekitar. Serta untuk meneruskan intervensi lanjutan di harapkan ada perbaikan dari status gizi baik berat badan atau tinggi badan yang bertambah, serta menganjurkan untuk selalu mengikuti kegiatan posyandu balita untuk memantau perkembangan.

Ikan gabus merupakan ikan dengan kandungan kadar protein yang tinggi. Kadar protein ikan gabus mencapai 25,5%, lebih tinggi dibandingkan protein ikan bandeng (20,0%), ikan emas (16,05%), ikan kakap (20,0%), maupun ikan sarden (21,1%) pemberian protein hewani yang salah satunya dari ikan dapat memperbaiki status gizi pada anak gangguan nutrisi, semakin tinggi asupan protein hewani maka *Z-score* akan semakin tinggi yang artinya anak tidak gangguan nutrisi (3).

Konsumsi protein hewani bersifat protektif terhadap kejadian gangguan nutrisi, balita yang tidak menghabiskan makananya setiap kali makan beresiko 3 kali lebih besar mengalami gangguan nutrisi dan rumah tangga yang kurang menyediakan sayur dalam sepekan juga berisiko untuk mengalami gangguan nutrisi. Oleh karena itu habis tidaknya makanan yang diberikan kepada balita sangat bergantung dari bagaimana ibu melakukan praktik pemberian makanan yang baik (5).

KETERBATASAN

Tidak bisa selalu memantau dalam setiap pemberian olahan ikan gabus, sehingga pemberian intervensi di lakukan oleh keluarga anak sehingga hanya menerima laporan dari keluarga anak

tersebut bahwa olahan ikan gabus telah diberikan, selain itu juga tidak dilakukan evaluasi pengukuran setiap hari untuk kenaikan berat badan dan tinggi badan. serta pengetahuan keluarga tentang isi piringku yang masih terbatas.

ETIKA PENELITIAN

Dilakukan *informed consent* secara lisan, di mana penulis menanyakan kesediaan keluarga untuk diberikan asuhan keperawatan anak dengan tetap memperhatikan etik penulisan seperti tidak menyebutkan nama secara jelas, pemburaman pada klien atau keluarga saat dilakukan pengambilan dokumentasi, serta klien dan keluarga berhak untuk menghentikan dan tidak melanjutkan intervensi yang diberikan kapanpun. Setelah di jelaskan keluarga mengatakan bersedia.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

PENUTUP

Ada peningkatan berat badan setelah dilakukan intervensi. Saran yang dapat di sampaikan adalah pentingnya dalam memperhatikan asupan nutrisi pada balita sehingga tidak kekurangan asupan nutrisi yang dapat menghambat pertumbuhan serta untuk dapat memaksimalkan sumber nutrisi yang terdapat di lingkungan lahan basah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Asikin AN, Indrati K. Edible portion dan kandungan kimia ikan gabus hasil budidaya kolam di Kabupaten Kutai Kartanegara Kalimantan Timur. Ziraa'ah. 2017;42:e-ISSN 2355-3545.
2. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Jakarta: Litbangkes; 2018.
3. Lase N. Uji daya terima dan kandungan gizi panada dari labu siam dan ikan gabus [skripsi]. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2018.
4. Marcdante KJ, Kliegman RM, Jenson HB, Behrman RE. Ilmu kesehatan anak esensial. Edisi ke-6. Jakarta: Elsevier; 2014.
5. Afiah N, Asrianti T, Muliyana D, Risva. Rendahnya konsumsi protein hewani sebagai faktor risiko kejadian gangguan nutrisi pada balita di Kota Samarinda. Nutrire Diaita. 2020 Apr;12(1):23-8.
6. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. Situasi balita pendek (gangguan nutrisi) di Indonesia. Jakarta: Pusdatin Kemenkes RI; 2018.
7. World Health Organization. Global nutrition report. Geneva: WHO; 2017.