

Gangguan Pemenuhan Nutrisi pada Anak A

Joko Nugroho, Eka Santi

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. Ahmad Yani KM. 36
Banjarbaru, 70714
Email korespondensi: e.santi15@ulm.ac.id

ABSTRAK

Nutrisi diperlukan untuk proses pertumbuhan dan perkembangan pada balita, jika asupan nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh maka akan menyebabkan gangguan nutrisi. gangguan nutrisi merupakan masalah kurang gizi kronis yang disebabkan oleh kurangnya asupan gizi dalam waktu yang cukup lama, sehingga mengakibatkan gangguan pertumbuhan pada balita yakni tinggi badan balita lebih rendah atau pendek (kerdil) dari standar usianya serta berat badan yang cenderung tidak sesuai dengan tinggi badan atau usianya, salah satu nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan adalah protein. Perlunya asupan makanan tinggi protein yang cukup sebagai upaya penanganan kekurangan energi protein pada anak balita dengan gangguan nutrisi. Anak laki laki berusia 30 bulan dengan berat badan anak 9 kg tinggi badan 82 cm lingkar kepala 45,5 cm dan lila 10 cm hasil perhitungan BB/U di kategorikan gizi kurang dengan hasil perhitungan BB/U adalah -2,86 SD. Sedangkan untuk TB/U di kategorikan gangguan nutrisi atau pendek dengan hasil perhitungan -2,9 SD. Dari perhitungan BB/TB di kategorikan Kurus dengan hasil perhitungan -2,2 SD. Hasil perhitungan berdasarkan CDC 2000 didapatkan hasil berat badan berada di 73% (< 70% Gizi kurang) selain itu Anak tersebut susah untuk untuk makan. Hasil dan Pembahasan adalah ikan gabus memiliki kandungan protein yang tinggi, protein sangat diperlukan untuk asupan gizi pada gangguan nutrisi. setelah dilakukan implementasi pemberian ikan gabus dengan variasi menu olahan makanan dengan 3 kali pertemuan selama 21 hari diperoleh jika berat badan balita naik. Hasil evaluasi menunjukan masalah keperawatan nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh teratasi sebagian ditandai dengan ada kenaikan berat badan setelah dilakukan intervensi selain itu ibu klien mengatakan akan berusaha mencukupi kebutuhan protein anaknya terlebih dalam hal mengkonsumsi ikan gabus dan membuat variasi olahan ikan gabus, serta menghindari untuk anaknya jajan sembarangan.

Kata-Kata Kunci: Gangguan nutrisi, Ikan gabus, Balita

ABSTRACT

Nutrition is needed for the growth and development process in toddlers, if the nutritional intake is less than the body's needs it will cause nutritional disorders. Nutritional disorders are chronic malnutrition problems caused by lack of nutritional intake for a long time, resulting in growth disorders in toddlers, namely the toddler's height is lower or shorter (short) than his age standard and weight that tends to be inconsistent with his height or weight. age, one of the nutrients needed for growth is protein. The need for adequate high protein food intake as an effort to overcome protein energy deficiency in children under five with nutritional disorders. A 30-month-old boy with a child's weight of 9 kg, height 82 cm, head circumference 45.5 cm and lila 10 cm, the results of the calculation of BW/U were categorized as undernourished with the result of BW/U calculation being -2.86 SD. Meanwhile, for TB/U in the category of nutritional disorders or short with a calculation result of -2.9 SD. From the calculation of BB/TB, it is categorized as thin with a calculation result of -2.2 SD. The results of calculations based on the 2000 CDC showed that body weight was at 73% (<70% undernourished) besides that the child was difficult to eat. Results and Discussion are channa striata fish have a high protein content, protein is needed for nutritional intake in nutritional disorders. after the implementation of giving channa striata fish with a variety of processed food menus with 3 meetings for 21 days, it is obtained if the toddler's weight increases. The evaluation results showed that the masalah keperawatan of nutrition less than body requirements was partially resolved, marked by weight gain after the intervention. In addition, the client's mother said she would try to meet her child's protein needs, especially in terms of consuming channa striata fish and making variations of processed snakehead fish, as well as avoiding snacks for their children.

Keywords: Nutritional disorder, Channa striata, Toddlers

Cite this as: Nugroho, Joko., Santi, Eka. Gangguan Pemenuhan Nutrisi pada Anak A. Nerspedia. 2023;4(3): 298-302.

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 prioritas oleh WHO dan termasuk dalam SDG's. Stunting (kekurangan pertumbuhan linier) umumnya terjadi setelah berbulan-bulan malnutrisi, dan lingkaran kepala terhindar kecuali dengan kronis, parah malnutrisi. FTT yang simetris (berat badan proporsional, tinggi/panjang, dan lingkaran kepala) menunjukkan malnutrisi yang sudah berlangsung lama, kromosom kelainan, infeksi kongenital, atau pajanan teratogenik.

Perawakan pendek dengan berat badan yang diawetkan menunjukkan etiologi endokrin 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 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 (1). 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 *Chann* (2). 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 (4).

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 (5)

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 menunjukan bahwa angka gangguan nutrisi di Indonesia berada di level 30,8% dengan Indonesia provinsi Kalimantan Selatan termasuk kedalam wilayah penderita gangguan nutrisi terbanyak yaitu 33,2% (7). 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.

METODE PENELITIAN

Kasus

Seorang anak laki laki berusia 30 bulan.

Keluhan Utama

Susah makan.

Anamnesis

Anak susah untuk makan dalam sehari hanya sekitar 2x dan hanya menghabiskan setengah piring itupun terkadang tidak habis serta sering menderita diare dalam kurun waktu 1 tahun (-/+ 6x).

Riwayat Penyakit Dahulu

Diare dan batuk pilek dan alergi kuning telur.

Pemeriksaan Fisik

Kesadaran compos mentis, berat badan anak 9 kg tinggi badan 82 cm lingkar kepala 45,5 cm dan lila 10 cm. Berdasarkan BB/U maka anak di kategorikan gizi kurang dengan hasil perhitungan BB/U adalah -2,86 SD. Sedangkan untuk TB/U anak di kategorikan gangguan nutrisi atau pendek dengan hasil perhitungan -2,9 SD. Dari perhitungan BB/TB anak di kategorikan Kurus dengan hasil perhitungan -2,2 SD. Hasil perhitungan berdasarkan CDC 2000 didapatkan hasil berat badan berada di 73% (< 70% Gizi kurang)

Penatalaksanaan

Dilakukan pemberian ikan gabus 100 – 200 gram setiap hari selama 21 hari, dengan edukasi isi piringku kepada keluarga anak tersebut 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 serta variasi menu makanan. keterlibatan keluarga merupakan hal sangat penting dalam melakukan ntervensi tersebut.

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 (8). 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 jam 08.10 wita didapatkan hasil keluarga sudah mulai bisa memberikan makan anak dengan baik dengan 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. dari data pengukuran didapatkan hasil bahwa berat badan naik menjadi 9,3 kg dari sebelumnya 9 kg. Evaluasi II tanggal 17 Mei 2021 pada jam 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 di evaluasi 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 diwilayah sekitar. dan 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%) (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 (4)

Konsumsi protein hewani bersifat protektif terhadap kejadian gangguan nutrisi, balita yang tidak menghabiskan makanannya 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 (9).

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 concern* secara lisan, dimana 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 terdapat konflik kepentingan di 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.

REFERENSI

1. Marcdante KJ. Ilmu Kesehatan Anak Esensial. 6th ed. Jakarta: Elsevier; 2014.
2. Asikin AN, Kusumaningrum I. Edible Portion dan Kandungan Kimia Ikan Gabus (*Channa Striata*) Hasil Budidaya Kolam di Kabupaten Kutai Kartanegara, Kalimantan Timur. ZIRA'AH. 2017;42(3):158–63.
3. Lase DN. Uji Daya Terima Dan Kandungan Gizi Panada Dari Labu Siam (*Sechium edule*) dan Ikan Gabus (*Ophiocphalus striatus*). Universitas Sumatera Utara; 2018.
4. Andika MAT, Mulyasari I, Pontang GS. Hubungan Antara Asupan Protein Hewani Dengan Gangguan Nutrisi Pada Anak Sekolah Usia 7-8 Tahun Di SDN No 02 Candirejo Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Universitas Ngudi Waluyo; 2019.
5. WHO. Global Nutrition Report. 2017.
6. Pusdatin. Situasi Balita Pendek (STUNTING) Di Indonesia. Jakarta: Pusat data dan Informas Kementrian Kesehatan; 2018.
7. Riskesdas Nasional. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Lembaga Penerbit Badan Litbang Kesehatan. 2018.
8. Herdman TH, Kamitsuru S. NANDA-I Diagnosis Keperawatan: Definisi dan Klasifikasi 2018-2020. 11th ed. Keliat BA, Mediani HS, Tahlil T, editors. Jakarta: EGC; 2017.
9. Afiah N, Asrianti T, Mulyana D. Rendahnya Konsumsi Protein Hewani Sebagai Faktor Risiko Kejadian Gangguan Nutrisi Pada Balita Di Kota Samarinda. Nutr Diaita. 2020;12(1):23–8.