

Aksi Gizi Produk Peternakan Sebagai Upaya Peningkatan Status Gizi Anak Di SDN 18 Tolitoli

Darmawati^{1*}, Nursamsi², Nur Eni Nur², Usman², Dwi Utami Putri¹, Ika Wahyuni Putri¹,
Aliyas¹

¹Prodi Budidaya Perairan, Fakultas Perikanan, Universitas Madako Tolitoli

²Prodi Peternakan, Fakultas Peternakan, Universitas Madako Tolitoli

Jl. Madako No. 01 Kelurahan Tambun, Kabupaten Tolitoli, Sulawesi Tengah

*E-mail: darmawati.94@gmail.com

ABSTRAK

Produk hasil ternak memiliki kandungan nilai gizi yang tinggi dalam memenuhi kebutuhan asupan gizi pada anak. Kebutuhan gizi utama terdiri dari protein, karbohidrat, lemak, mineral dan vitamin. Kebutuhan gizi yang cukup pada anak dapat mendukung pertumbuhan yang optimal sehingga dapat mencegah terjadinya stunting. Adapun hasil ternak utama yang banyak dikonsumsi berupa daging, susu dan telur. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dilakukan untuk menumbuhkan kesadaran siswa/ siswi di SDN 18 Tolitoli akan pentingnya mengonsumsi produk peternakan sebagai upaya dalam meningkatkan status gizi anak. Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2023 di SDN 18 Tolitoli, Kabupaten Tolitoli, Sulawesi Tengah. Tahapan pelaksanaan kegiatan dimulai dengan penyampaian materi oleh narasumber kepada siswa/siswi SDN 18 Tolitoli yang dilanjutkan dengan sesi diskusi dan pembagian produk peternakan (susu dan telur) kepada siswa/siswi. Hasil kegiatan aksi gizi menunjukkan bahwa siswa/siswi tertarik untuk mengonsumsi produk peternakan khususnya susu dan olahannya (es krim dan yoghurt). Dengan adanya kegiatan aksi gizi ini diharapkan minat siswa/siswi untuk mengonsumsi makanan bergizi semakin meningkat sehingga dapat meningkatkan status gizi pada anak.

Kata kunci : gizi, daging, susu, telur, peternakan.

ABSTRACT

Animal products contain high nutritional value in meeting the nutritional needs of children. The main nutritional needs consist of protein, carbohydrates, fats, minerals and vitamins. Adequate nutritional needs in children can support optimal growth so as to prevent stunting. The main livestock products consumed are meat, milk and eggs. Community Service Activities (PKM) are carried out to raise awareness of students at SDN 18 Tolitoli about the importance of consuming livestock products as an effort to improve children's nutritional status. This PKM activity was held on May 11 2023 at SDN 18 Tolitoli, Tolitoli District, Central Sulawesi. The stages of the implementation of the activity began with the delivery of material by the resource person to students at SDN 18 Tolitoli, followed by a discussion session and distribution of livestock products (milk and eggs) to students. The results of the nutrition action activities show that students are interested in consuming livestock products, especially milk and their derivatives (ice cream and yogurt). With this nutrition action activity, it is hoped that students' interest in consuming nutritious food will increase so that it can improve the nutritional status of children.

Keywords: nutrition, meat, milk, eggs, livestock.

PENDAHULUAN

Selama beberapa dekade terakhir, pengembangan intervensi dalam meningkatkan asupan gizi yang terjadi di beberapa negara dilakukan melalui

pergeseran dari ketahanan pangan (akses ke cukup pangan) ke ketahanan gizi (akses ke cukup pangan bergizi). Intervensi tersebut termasuk fortifikasi makanan dalam meningkatkan kandungan gizi makanan. Produk ternak seperti daging, susu dan telur memiliki potensi yang besar dalam membantu mencapai tujuan ketahanan nutrisi (Willett et al., 2019). Menurut Alonso et al., (2019), untuk mendapatkan asupan nutrisi yang cukup dalam mempertahankan kesehatan yang optimal, anak-anak dapat diberi makanan yang berasal dari ternak (terutama susu) dalam memenuhi asupan gizi.

Gizi merupakan tersedianya makanan yang dibutuhkan sehingga dapat bertahan hidup. Mengonsumsi makanan yang bergizi mampu meminimalkan atau mencegah terjadinya suatu penyakit (Eliska et al., 2021). Bagi anak-anak usia sekolah, makanan bergizi berperan penting dalam proses pertumbuhan yang optimal sehingga mencegah terjadinya stunting pada anak (Iannotti et al., 2017). Zat gizi yang dibutuhkan oleh tubuh harus tercukupi sehingga dapat tumbuh sehat dan normal. Adapun asupan gizi seimbang dapat diperoleh dari makanan atau minuman yang kita konsumsi, yaitu terdiri dari protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin dan air (Mudambi & Rajagopal, 2007).

Kualitas protein bagi pertumbuhan menunjukkan komposisi asam amino yang berasal dari sumber makanan. Protein hewani memiliki kualitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan protein nabati. Kualitas protein yang tinggi sangat penting bagi pertumbuhan bayi dan anak-anak (Willett et al., 2019). Protein berperan dalam menentukan ukuran dan struktur sel (Darmawati et al., 2022). Secara tidak langsung, protein dapat mengganti asupan karbohidrat yang berlebihan, terutama jika asupan tersebut berupa pati dan gula olahan sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan konsentrasi lipid darah.

Edukasi tentang pentingnya mengonsumsi produk peternakan sebagai salah satu sumber gizi perlu dilakukan sejak dini. Beberapa hasil ternak utama yang kaya akan kandungan protein yaitu daging, susu dan telur dapat diolah menjadi produk-produk berupa yoghurt, es krim, nugget, sosis dan telur asin (Gading et al., 2022). Produk olahan ternak tersebut kaya akan kandungan nutrisi yang berperan dalam meningkatkan gizi dan kesehatan pada anak. Oleh karena itu, tim PKM melakukan Aksi Gizi dengan tema "Aksi Gizi Produk Peternakan Sebagai Upaya Meningkatkan Status Gizi Anak di SDN 18 Tolitoli". Kegiatan ini bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran siswa/ siswi di SDN 18 Tolitoli akan pentingnya mengonsumsi produk peternakan sebagai upaya dalam meningkatkan status gizi anak.

METODE

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada tanggal 11 Mei 2023. Bertempat di SDN 18 Tolitoli, Kabupaten Tolitoli, Sulawesi Tengah. Prosedur pelaksanaan kegiatan ini mengikuti metode Lestari et al., (2023) dan Mayasari et al., (2022), yaitu adalah pertemuan langsung untuk penyampaian materi oleh narasumber yang dilanjutkan dengan pembagian produk hasil ternak kepada siswa/ siswi yang ada di SDN 18 Tolitoli.

Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan ini adalah spanduk, materi presentasi dalam bentuk file power point, media laptop beserta infokus sebagai alat bantu untuk menyampaikan materi, kamera sebagai alat untuk dokumentasi berlangsungnya kegiatan PKM, serta produk hasil ternak berupa susu UHT dan telur puyuh yang dibagikan kepada siswa/siswi. Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa/siswi kelas 2 dan kelas 6 SDN 18 Tolitoli. Tahapan pelaksanaan kegiatan PKM tertera pada Tabel 1.

Tabel 1. Tahapan kegiatan PKM

Tahap	Kegiatan
1	Observasi sekolah tempat kegiatan PKM
2	Perizinan dengan kepala sekolah untuk melaksanakan kegiatan PKM
3	Diskusi jadwal pelaksanaan PKM dengan pihak sekolah SDN 18 Tolitoli
4	Menyiapkan alat dan bahan PKM
5	Kegiatan inti PKM (pemaparan materi, sesi tanya jawab dan diskusi, pembagian produk ternak, dokumentasi kegiatan)
6	Membuat Laporan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di SDN 18 Tolitoli merupakan kolaborasi civitas akademika Fakultas Peternakan dan Fakultas Perikanan Universitas Madako Tolitoli. Tujuan dari kegiatan ini yaitu sebagai sarana edukasi kepada para peserta didik di SDN 18 Tolitoli tentang pentingnya produk hasil ternak sebagai salah satu sumber gizi dalam meningkatkan status gizi anak.

Aksi Gizi Produk Peternakan Sebagai Salah Satu Upaya Peningkatan Status Gizi Anak di SDN 18 Tolitoli merupakan salah satu bentuk kepedulian kepada anak yang dilakukan melalui edukasi gizi sejak dini. Peserta yang hadir terdiri dari 20 orang siswa/siswi kelas 2 dan kelas 6. Kegiatan aksi gizi yang dilakukan terdiri dari beberapa tahap yang dimulai dengan perkenalan oleh tim PKM. Sebelum memulai pemaparan materi, narasumber menggali pemahaman siswa/siswi terkait makanan bergizi yang bersumber dari produk peternakan. Terlihat bahwa masih minimnya pengetahuan siswa/siswi akan pentingnya mengonsumsi makanan bergizi.

Siswa/siswi terlihat begitu antusias dalam mengikuti penyampaian materi oleh narasumber sehingga kegiatan terlaksana secara interaktif. Materi disampaikan dalam bentuk power point yang terdiri dari gambar-gambar yang menarik. Materi inti yang disampaikan yaitu terkait makanan bergizi yang dapat diperoleh dari berbagai sumber, khususnya yang berasal dari produk hasil ternak (daging, susu dan telur). Selama penyampaian materi, narasumber menanyakan tingkat kesukaan para siswa/siswi terhadap produk hasil ternak. Rata-rata mereka lebih tertarik untuk mengonsumsi susu beserta produk olahannya seperti es krim dan yoghurt. Susu yang paling diminati oleh siswa/siswi adalah susu UHT. Menurut Riawati et al., (2014), susu UHT merupakan salah satu produk olahan susu yang paling baik untuk dikonsumsi karena minimnya proses pengolahan yang dilalui sehingga mampu mempertahankan nilai gizinya. Selain itu, sosis, nugget dan telur merupakan produk peternakan yang juga banyak digemari oleh anak-anak.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan PKM

Pelaksanaan kegiatan PKM berlangsung selama sekitar 60 menit. Sesi tanya jawab dan disikusi berlangsung dengan begitu antusias oleh beberapa siswa/siswi. Beberapa pertanyaan yang disampaikan yaitu terkait kandungan gizi yang terdapat pada produk ternak seperti daging sapi dan susu. Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan oleh narasumber, sebagian besar siswa/siswi sudah mulai mengonsumsi produk hasil ternak dalam kehidupan sehari-hari. Misalnya, ada beberapa siswa yang membawa bekal ke sekolah dengan lauk berupa telur maupun daging ayam. Selain itu, beberapa siswa mempunyai kebiasaan minum susu sebelum berangkat ke sekolah. Diakhir sesi, semua siswa/siswi yang mengikuti kegiatan aksi gizi diberikan produk hasil ternak berupa susu dan telur puyuh yang telah di *packing* dalam plastik. Dengan adanya kegiatan aksi gizi ini, diharapkan mampu meningkatkan pemahaman siswa/siswi di SDN 18 Tolitoli akan pentingnya mengonsumsi produk hasil ternak sebagai salah satu sumber gizi yang mendukung proses pertumbuhan dan kecerdasan otak anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di SDN 18 Tolitoli, siswa/siswi terlihat begitu antusias dan semangat dalam mengikuti pemaparan materi yang disampaikan oleh narasumber. Diharapkan minat siswa/siswi tersebut untuk mengonsumsi makanan bergizi semakin meningkat setelah mendapatkan edukasi tentang pentingnya mengonsumsi produk hasil ternak sebagai salah satu sumber makanan bergizi.

DAFTAR PUSTAKA

- Alonso, S., Dominguez-Salas, P., & Grace, D. (2019). The Role of Livestock Products for Nutrition in The fFrst 1,000 Days of Life. *Animal Frontiers*, 9(4), 24–31. <https://doi.org/10.1093/af/vfz033>
- Darmawati, Fauziah, P. N., Firmansyah, Yuniastuti, A., Achmad, A. F., Mulyati, B., Laheng, S., Wiradnyani, K. N., Kurniawan, H. M., Sidik, E. A., Ismayanti, R., & Nugrahani, R. A. G. (2022). *Biokimia*. CV. Tohar Media.
- Eliska, Harahap, R., & Agustina, D. (2021). *Gizi Masyarakat Pesisir*. CV. Merdeka Kreasi Group.
- Gading, B. M. W. T., Ali, N., & Respati, A. N. (2022). Upaya Peningkatan Daya Konsumsi Produk Peternakan Untuk Meningkatkan Gizi Dan Imun Tubuh. *SIDOLUHUR : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat.*, 1(2), 101–107.
- Iannotti, L. L., Lutter, C. K., Stewart, C. P., Riofrío, C. A. G., Malo, C., Reinhart, G., Palacios, A., Karp, C., Chapnick, M., Cox, K., & Waters, W. F. (2017). Eggs in Early Complementary Feeding and Child Growth: A Randomized Controlled Trial. *Pediatrics*, 140(1). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-3459>
- Lestari, R. H., Ramadani, D., Nursani, Amaliah, R., Indriani, Amaliah, D. D., Jaya, I. G., Arisandi, S. A., & Tahyul. (2023). *Gerakan Ayo Minum Susu Di Sekolah Dasar Inpres 12/79 Bolli, Kecamatan Ponre, Kabupaten Bone*. 2(9), 6495–6498.
- Mayasari, S., Fitroh, A., Oktyajati, N., Purwati, S., Rachmawatie, S. J., & Kodir, W. (2022). Edukasi Siswa MI Hidayatul Insan Karanganyar Melalui Pembelajaran Muatan Lokal Peternakan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(6), 753–758. <https://doi.org/10.52436/1.jpmi.806>
- Mudambi, S. ., & Rajagopal, M. . (2007). *Fundamentals of Foods, Nutrition and Diet Therapy*. New Age International.
- Riawati, C., Purwijantiningsih, L. M. E., Pranata, F. S., Teknobiologi, F., Atma, U., & Yogyakarta, J. (2014). Kualitas Permen Jeli dengan Variasi Jenis Kefir. *Jurnal Teknobiologi*.
- Willett, W., Rockström, J., Loken, B., Springmann, M., Lang, T., Vermeulen, S., Garnett, T., Tilman, D., DeClerck, F., Wood, A., Jonell, M., Clark, M., Gordon, L. J., Fanzo, J., Hawkes, C., Zurayk, R., Rivera, J. A., De Vries, W., Majele Sibanda, L., ... Murray, C. J. L. (2019). Food in the Anthropocene: the EAT–Lancet Commission on Healthy Diets From Sustainable Food Systems. *The Lancet*, 393(10170), 447–492. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31788-4](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31788-4)