

Aksi Gizi Dan Penyuluhan Dalam Upaya Peningkatan Gizi Anak Dengan Mengkonsumsi Produk Peternakan

Moh. Nasril^{1*}, Ilmuddin¹, Suardi Laheng², Rian Christian Sondakh³, Moh. Mudassir Ali⁴, Arhanudin⁵, Fadila⁵, Moh. Reza Fatansya⁶, Moh. Fadli⁶, Ilman Sudarman⁵

¹Prodi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Madako Tolitoli

²Prodi Budidaya Perairan, Fakultas Perikanan, Universitas Madako Tolitoli

³Prodi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Madako Tolitoli

⁴Prodi Pembangunan, Fakultas Ekonomi, Universitas Madako Tolitoli

⁵Prodi Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Madako Tolitoli

⁶Prodi Peternakan, Fakultas Peternakan, Universitas Madako Tolitoli

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

*E-mail: mohnasril@umada.ac.id

ABSTRAK

Asupan gizi pada anak sangat berpengaruh dalam proses tumbuh kembang mereka, kebutuhan gizi pada anak bermacam macam seperti karbohidrat, lemak, mineral, vitamin dan yang terpenting adalah protein, pemenuhan protein itu sendiri bisa kita dapatkan melalui konsumsi produk hasil ternak, contohnya daging, susu, dan telur, dengan mengkonsumsi makanan dengan gizi yang cukup maka dapat mencegah terjadinya stunting dan gizi buruk pada anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilakukan untuk mengedukasi anak-anak di SD Negeri Batuilo tentang pentingnya mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang serta memperkenalkan produk peternakan sebagai makanan pemenuhan gizi tersebut, kegiatan PKM ini dilakukan pada tanggal 9 maret 2024 selama kurang lebih 60 menit di SD Negeri Batuilo Kabupaten Tolitoli, Sulawesi Tengah. Kegiatan ini dimulai dengan perkenalan, selanjutnya penyampaian materi, sesi tanya jawab dan di akhiri dengan aksi gizi yaitu pembagian produk peternakan berupa susu, dan sosis daging sapi, hasil kegiatan menunjukkan bahwa setelah mengikuti kegiatan banyak anak-anak yang semakin mengenal dan tertarik untuk lebih mengkonsumsi produk peternakan, dengan demikian diharapkan dapat meningkatkan gizi pada anak.

Kata kunci : peternakan, protein, gizi

ABSTRACT

Children's nutritional intake is very influential due for their growth and development process, children's nutritional needs vary, such as carbohydrates, fats, minerals, vitamins and the most important thing is protein, we can get protein from consuming livestock products, for example meat, milk, and eggs, by consuming foods with adequate nutrition you can prevent stunting and malnutrition in children. This community service activity was carried out to educate children at Batuilo State Elementary School about the importance of consuming food with balanced nutrition and to introduce livestock products as food to heat up these nutrients. This PKM activity was carried out on March 9 2024 for approximately 60 minutes at Batuilo State Elementary School, Tolitoli Regency, Central Sulawesi. This activity began with an introduction, then delivered the material, a question and answer session and ended with a nutritional action, namely the distribution of livestock products in the form of milk and beefsausages. The results of the activity showed that after participating in this activity, many children became more familiar and interested in consuming more livestock products. in this way it is hoped that it can improve nutrition in children.

Key words: livestock, protein, nutrition

PENDAHULUAN

Makanan yang bergizi adalah asupan makanan yang dibutuhkan tubuh untuk bertahan hidup. Mengkonsumsi makanan yang bergizi dapat

mencegah penyakit, yang juga berlaku untuk anak-anak di usia sekolah. Makanan yang bergizi juga penting untuk pertumbuhan yang baik (Eliska *et al.*, 2021). Sehingga tubuh dapat tumbuh dengan sehat dan normal, dia harus mendapatkan jumlah zat gizi yang dibutuhkannya. Menurut Mudambi dan Rajagopal (2007), asupan gizi seimbang dapat diperoleh dari makanan atau minuman yang kita konsumsi. Makanan dan minuman ini terdiri dari protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin, dan air.

Anak-anak dapat diberi makanan yang berasal dari ternak karena memiliki protein tinggi, seperti daging, telur, dan susu, untuk mendapatkan asupan nutrisi yang cukup dan mempertahankan kesehatan yang optimal (Alonso *et al.*, 2019). Kualitas protein bagi pertumbuhan menunjukkan jumlah asam amino yang berasal dari sumber makanan. Protein hewani lebih baik daripada protein nabati, yang sangat penting untuk pertumbuhan bayi dan anak-anak (Willett *et al.*, 2019). Protein bertanggung jawab atas struktur dan ukuran sel (Darmawati *et al.*, 2022). Tekanan darah dan konsentrasi lipid darah dapat dikurangi dengan protein sebagai pengganti karbohidrat yang berlebihan, terutama gula dan pati olahan.

Sejak dini, siswa sekolah dasar harus dididik tentang pentingnya mengonsumsi produk peternakan untuk menjaga gizi seimbang. Beberapa hasil ternak utama yang kaya akan protein, yaitu daging, susu, dan telur, dapat diolah menjadi produk seperti yoghurt, es krim, nugget, sosis, dan telur asin. Produk olahan ternak mengandung banyak nutrisi, yang membantu meningkatkan gizi dan kesehatan anak. Akibatnya, tim PKM melakukan Aksi Gizi dengan tema "Aksi Gizi dan penyuluhan upaya peningkatan gizi dengan mengonsumsi produk peternakan di SD Negeri Batuilo". Tujuan dari aksi ini adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa dan siswi di SD Negeri Batuilo akan pentingnya mengonsumsi produk peternakan untuk meningkatkan status gizi mereka.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilaksanakan pada minggu ke 2 bulan maret yaitu pada tanggal 9 Maret 2024 di ruang kelas SD Negeri Batuilo, metode pelaksanaan kegiatan ini mengikuti metode dari 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 kepadasiswa/ siswi yang ada di SD Negeri Batuilo.



Gambar 1. SD Negeri Batuilo

Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan ini berupa materi presentasi dalam bentuk file power point, media laptop sebagai alat bantu penyampaian informasi, smartphone sebagai alat dokumentasi selama proses kegiatan, serta produk peternakan berupa susu kotak, dan sosis daging sapi yang akan dibagikan kepada peserta, sasaran peserta kegiatan ini adalah siswa siswi kelas 6 SD Negeri Batuilo yang berjumlah 14 orang.

Tabel 1. Tahapan kegiatan PKM

Tahap	Kegiatan
1	Survei sekolah tempat kegiatan PKM
2	Pengajuan ijin kepada pihak sekolah
3	Penentuan jadwal pelaksanaan kegiatan
4	Menyiapkan alat dan bahan
5	Kegiatan inti PKM (Pemaparan materi, sesi tanya jawab, dan pembagian produk peternakan)
6	Membuat Laporan pelaksanaan PKM sebagai bentuk pertanggung jawaban pelaksanaan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di SD Negeri Batuilo ini merupakan kegiatan pengabdian kolaboratif dengan berbagai disiplin ilmu yang ada di Universitas Madako Tolitoli. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk mengedukasi anak-anak sekolah dasar untuk lebih memperhatikan makanan mereka serta untuk memperkenalkan produk peternakan sebagai sumber protein dalam pemenuhan gizi anak.

Aksi Gizi dan penyuluhan upaya peningkatan gizi dengan mengkonsumsi produk peternakan di SD Negeri Batuilo ini merupakan salah satu bentuk kepedulian kepada anak-anak desa Batuilo yang dilakukan melalui edukasi gizi sejak dini. Kegiatan ini terbagi menjadi dua tahap yaitu penyuluhan dengan penyampaian materi pentingnya konsumsi gizi seimbang dan aksi gizi yaitu aksi berbagi produk peternakan sebagai bentuk apresiasi kepada peserta juga untuk memperkenalkan produk hasil peternakan itu sendiri. Peserta yang hadir adalah siswa siswi kelas 6 SD Negeri Batuilo yang berjumlah 14 orang. Kegiatan yang dilakukan terdiri dari beberapa tahap. Tim PKM memperkenalkan kepada siswa tentang pentingnya gizi yang berasal dari produk hewani sebelum memberikan materi kepada siswa sekolah dasar. Hasil evaluasi awal menunjukkan bahwa siswa belum memahami pentingnya mengonsumsi makanan bergizi.

Peserta dalam mengikuti kegiatan terlihat sangat antusias dalam mengikuti materi yang dipresentasikan oleh narasumber yaitu salah satu dari anggota mahasiswa KKN, materi yang disampaikan disusun sedemikian rupa dengan gambar-gambar yang menarik untuk dapat menstimulus otak anak untuk tertarik kepada materi yang diberikan. Materi berisi informasi tentang gizi, kandungan gizi, serta sumber-sumber gizi yang dikhususkan dari produk hasil peternakan, setelah pemaparan materi ternyata masih banyak anak-anak SDN Batuilo yang

masih belum tau tentang pentingnya mengkonsumsi gizi seimbang, mereka juga belum familiar dengan jenis jenis gizi yang penting, tetapi banyak dari mereka yang sudah terbiasa mengkonsumsi produk peternakan contohnya susu, ice krim, sosis, bakso, dan lain lain.



Gambar 2. Aksi gizi dan penyuluhan di SDN Batuilo

Pelaksanaan kegiatan aksi gizi dan penyuluhan ini berlangsung selama sekitar 60 menit, mulai dari penyampaian materi hingga aksi berbagi, Sesi tanya jawab dan diskusi berlangsung dengan begitu antusias oleh beberapa siswa/siswi. Beberapa pertanyaan yang disampaikan yaitu terkait apa itu protein, prduk apa saja yang mengandung gizi yang tinggi, serta makanan apa saja yang harus dihindari dan lainnya, anak anak terlihat sangat aktif dalam bertanya Diakhir sesi, peserta siswa/siswi yang mengikuti kegiatan aksi gizi diberikan produk hasil ternak berupa susu dan sosis daging sapi yang telah di kemas dalam plastik. Dengan adanya kegiatan aksi gizi ini, diharapkan mampu meningkatkan pemahaman siswa/siswi di SD Negeri Batuilo akan pentingnya mengonsumsi produk hasil ternak sebagai salah satu sumber gizi yang mendukung proses pertumbuhan dan kecerdasan otak

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ini menunjukkan bahwa anak-anak di SD Negeri Batuilo belum memiliki pemahaman yang cukup tentang gizi. Meskipun demikian, siswa terlihat sangat tertarik dan terlibat dalam materi yang disampaikan oleh narasumber. Setelah mereka belajar tentang pentingnya mengonsumsi

produk hasil ternak sebagai salah satu sumber makanan bergizi, diharapkan minat mereka untuk mengonsumsi makanan bergizi akan meningkat.

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.
- Mudambi, S. ., & Rajagopal, M. . (2007). *Fundamentals of Foods, Nutrition and Diet Therapy*. New Age International.
- 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)