

## PENINGKATAN KUALITAS HIDUP DAN PANGAN MELALUI PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN TERHADAP BALITA DI DESA TOKELAN

Ni'matut Toyyibah<sup>1\*)</sup>, Dian Ayu Septianti<sup>2\*)</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ekonmi dan Bisnis, Universitas Abdurachman Saleh Situbondo

<sup>2</sup>Fakultas Hukum, Universitas Abdurachman Saleh Situbondo

\*Email Korespondensi : [202012103@unars.ac.id](mailto:202012103@unars.ac.id)

### Abstrak

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan wujud nyata dari tugas dosen dan mahasiswa dalam melaksanakan Tri Dharma Perguruan Tinggi, yakni aspek pengabdian. Melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat desa Tokelan Kecamatan Panji Kabupaten Situbondo, maka terjadi sinergi antara perguruan tinggi dengan masyarakat sebagai wujud *knowledge* demokrasi. Tujuan pengabdian ini adalah memberikan pemahaman kepada masyarakat setempat tentang urgensi asupan gizi terhadap anak, terutama kepada usia yang masih dalam proses perkembangan. Gizi menjadi bagian yang sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan balita yang memiliki keterkaitan erat hubungannya dengan kesehatan dan kecerdasan. Hasil dari pengabdian ini yaitu masih banyak orangtua di desa Tokelan yang belum memahami pentingnya pemberian makanan tambahan terhadap anak balita. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini mampu memberikan wawasan terhadap masyarakat akan pentingnya memberikan makanan tambahan yang berkualitas agar terhindar dari gizi buruk.

**Kata kunci:** peningkatan gizi, kesehatan balita

### Abstract

Real Work Lecture (KKN) is a concrete manifestation of the duties of lecturers and students in carrying out the Tri Dharma of Higher Education, namely the service aspect. Through community service activities in Tokelan village, there is a synergy between universities and the community as a form of knowledge democracy. The purpose of this service is to provide an understanding to the local community about the urgency of nutritional intake for children, especially at an age that is still in the process of development, where nutrition is a very important part of the growth and development of toddlers, which has a close relationship with health and intelligence. The result of this service is that there are still many parents in Tokelan village who do not understand the importance of providing additional food to children under five. It is hoped that this activity will provide insight into the community about the importance of providing additional quality food to avoid malnutrition..

**Keywords:** improved nutrition, health of toddlers

## **PENDAHULUAN**

Pada tahap pertumbuhan awal, balita membutuhkan asupan nutrisi yang tepat untuk mendukung perkembangan fisik dan kognitifnya. Namun, banyak anak di berbagai negara, terutama di wilayah yang kurang berkembang, mengalami kekurangan gizi yang dapat menghambat pertumbuhan optimal mereka. Kekurangan gizi ini bisa mempengaruhi daya tahan tubuh, kemampuan belajar, dan mengarah pada risiko penyakit serius.

Sebagai respons terhadap masalah gizi pada balita, program pemberian makanan tambahan menjadi solusi yang diperlukan. Program ini bertujuan untuk memberikan suplemen nutrisi kepada anak-anak yang kekurangan gizi, terutama pada kelompok usia dini. Hal ini terutama penting karena masa pertumbuhan awal adalah periode kritis dalam pembentukan otak dan sistem kekebalan tubuh. Dengan memberikan makanan tambahan yang kaya akan zat gizi esensial seperti protein, zat besi, vitamin, dan mineral, diharapkan tambahan pada balita tidak hanya merupakan langkah preventif untuk masalah gizi, tetapi juga investasi jangka panjang dalam kesehatan dan kesejahteraan generasi mendatang.

Maka dari itu salah satu program yang dilaksanakan oleh KKN Tematik Kelompok 3 Desa Tokelan yaitu Peningkatan Kualitas Hidup dan Pangan Melalui Pemberian Makanan Tambahan Terhadap Balita di Desa Tokelan program ini didesain untuk memenuhi kebutuhan nutrisi yang tepat pada balita yang mungkin tidak mendapatkan asupan makanan yang cukup untuk pertumbuhan optimal mereka. Gizi buruk pada usia ini dapat mengakibatkan dampak jangka panjang seperti gangguan pertumbuhan, kerentanan terhadap penyakit, serta masalah perkembangan fisik dan mental. Oleh karena itu, program pemberian makanan tambahan bertujuan untuk memastikan bahwa balita menerima asupan nutrisi yang memadai untuk mendukung kesehatan dan pertumbuhan yang optimal.

## **METODE**

Untuk terlaksananya kegiatan program kerja pemberian makanan tambahan terhadap balita di Desa Tokelan kami mengumpulkan anak-anak balita yang sekolah di KB 01 Tokelan. Pemberian makanan bergizi ini dilakukan pada hari Senin 13 November 2023, setelah para balita selesai mengikuti kegiatan belajar oleh para guru-guru mereka dikumpulkan untuk diberikan makanan tambahan yang bergizi, lalu para orangtua yang hadir diberi pemahaman tentang kualitas hidup dengan memberikan makanan tambahan yang bergizi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Awal kegiatan proker ini dengan membuka pembelajaran di kelas yang dibimbing oleh mahasiswa KKN. Setelah Kegiatan Belajar berakhir anak-anak istirahat dilanjutkan dengan pemberian makanan tambahan kepada balita dengan menu bubur kacang hijau. Para balita tersebut sangat antusias dalam kegiatan ini. Mereka menyantap PMT yang didahului membaca doa sebelum makan, selain itu kegiatan makan bersama ini juga bisa membentuk dan memupuk karakter anak sejak dini untuk bisa saling berbagi kepada orang lain. Adapun pemilihan menu pada pemberian makanan tambahan ini dengan memberikan asupan makanan bubur kacang hijau karena bubur kacang hijau bermanfaat untuk anak usia dini umur 1-5 tahun, pemilihan dengan asupan bubur kacang hijau sebagai nutrisi yang baik, meningkatkan sistem kekebalan tubuh, memperbaiki pencernaan, sumber energi yang sehat menjaga kesehatan tulang, karena bubur kacang hijau mengandung banyak nutrisi penting seperti protein, serat, zat besi, magnesium, dan vitamin B kompleks. Cocok bagi anak usia anak dini. Bahan yang dipergunakan untuk membuat bubur kacang hijau disesuaikan dengan kebutuhan angka gizi anak sesuai umur.

Maka dari itu pemilihan menu bubur kacang hijau ini sangat tepat dalam rangka penanganan masalah gizi anak khususnya anak-anak di Desa Tokelan.

Pelaksanaan kegiatan ini dapat dikatakan berjalan dengan baik , anak-anak dapat tertib mengikuti arahan mahasiswa KKN dan guru di KB 01 Tokelan dalam proses pembagian makanannya . Hasil akhir dari kegiatan ini juga mendapat respon positif dari para guru KB 01 Tokelan .



Gambar 1. Pemberian Makanan Tambahan

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan pembahasan diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa pemberian makanan tambahan sangat diperlukan terhadap anak karena hal mempengaruhi tumbuh kembang anak selain itu pemilihan menu juga perlu diperhatikan untuk memaksimalkan hasil yang diharapkan pada anak contohnya seperti bubur kacang hijau. Diharapkan kepada para orang tua, tetap selalu memperhatikan kualitas gizi makanan terhadap anak, supaya pengoptimalisasian pertumbuhan gizi terhadap anak akan berjalan dengan baik.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih disampaikan pada LP2M Universitas Abdurachman Saleh Situbondo sebagai pelaksana kegiatan pengabdian dan pihak KB 01 Tokelan yang telah memberikan izin serta membantu menyediakan tempat pelaksanaan kegiatan. Selain itu, disampaikan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah banyak membantu sehingga kegiatan KKN Tematik Desa ini dapat berjalan dengan baik.

### **REFERENSI**

Aliyyah, R.R., dkk. (2021). Kuliah Kerja Nyata: Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Kegiatan Pendampingan Pendidikan.

Ningrum, E.S., Sunarsih, dan Toruntju. (2018). Jurnal Gizi Ilmiah. Vol. 5 No. 1 Januari - April 2018 Hal: 1 – 10.

<https://kumparan.com/ragam-info/5-manfaat-bubur-kacang-hijau-untuk-anak-apa-saja-20fCOPuBpVH>