

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Pemberian makanan tambahan (PMT)

a. Pengertian PMT Penyuluhan

Makanan Tambahan Penyuluhan adalah suplementasi gizi dalam bentuk makanan tambahan dengan formulasi khusus dan difortifikasi dengan vitamin dan mineral sebagai tambahan selain makanan utama bagi kelompok sasaran guna memenuhi kebutuhan gizi. (Kementerian Kesehatan RI, 2017)

b. Tujuan dan Sasaran PMT Penyuluhan

Makanan Tambahan Penyuluhan diberikan/dilakukan sebagai saran edukasi kepada ibu balita. Pemberian Makanan Tambahan penyuluhan dapat diwujudkan berupa makanan untuk makan bersama atau dengan demo masak. Lama Pemberian adalah sekali sebulan setiap kegiatan penimbangan balita di Posyandu. Bentuk bantuan untuk mengadakan Program PMT dilaksanakan sebagai bentuk intervensi gizi dengan tujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan status gizi, khususnya pada kelompok resiko tinggi yaitu bayi, balita, ibu hamil, ibu nifas yang menderita KEK. Tujuan khusus dari PMT Penyuluhan adalah sebagai contoh pemberian makanan yang tepat untuk balita melalui posyandu. PMT penyuluhan diselenggarakan sekali sebulan

yaitu sesuai dengan jadwal penimbangan, sasarannya adalah semua anak balita dan bukan hanya penderita gizi buruk saja. (Kementerian Kesehatan RI, 2017)

c. Bentuk PMT Penyuluhan

Pemberian Makanan balita merupakan pemberian suplementasi gizi untuk melengkapi kebutuhan gizi agar mencapai berat badan sesuai usia. Menu Pemberian Makanan Tambahan Penyuluhan berpedoman pada pemberian makanan pendamping ASI (MPASI). Makanan yang diberikan dapat berupa makanan lengkap yang terdiri dari 4 kelompok makanan yaitu makanan pokok atau karbohidrat, lauk hewani, lauk nabati dan sayur. Makanan juga dapat berupa snack.

d. Syarat Pemberian Makanan Tambahan Penyuluhan

Bahan makanan yang digunakan dalam pemberian makanan tambahan yaitu menggunakan bahan-bahan yang ada atau dapat dihasilkan daerah setempat sehingga memungkinkan kelestarian program lebih besar. Bahan makanan yang diutamakan yaitu yang mengandung sumber kalori dan protein tanpa mengesampingkan sumber zat gizi lain.

Menurut Departemen Kesehatan RI bahwa syarat pemberian makanan tambahan penyuluhan pada balita meliputi:

1. Nilai gizi berkisar 200-300 kkal dan protein 5-8 gram, serta diberikan dengan jumlah porsi kecil.

2. Menggunakan bahan makanan setempat yang diperkaya protein nabati/hewani (misalnya telur/ ikan/daging/ ayam, kacang-kacangan atau penukar) dan sumber vitamin dan mineral yang terutama berasal dari sayur-sayuran dan buah-buahan setempat, serta menggunakan resep daerah atau dimodifikasi.
3. Disiapkan, dimasak dengan cara yang benar sehingga keadaan fisik dan zat gizinya tidak rusak, dikemas dengan baik, bentuk serta warnanya beragam dan menarik.
4. Aman dengan tidak menggunakan bahan tambahan yang berbahaya bagi kesehatan dan makanan yang dikemas harus mempunyai label yang memuat tentang keterangan tentang isi, jenis, dan jumlah bahan-bahan yang digunakan, tanggal kadaluarsa, komposisi zat gizi yang dinyatakan, dan kehalalan produk. dan memenuhi syarat kebersihan serta kesehatan.
5. Hindari makanan yang mempunyai rasa pahit, sajikan makanan dalam bentuk sederhana, beraroma sedang, dan sudah dikenal dengan mengutamakan makanan basah daripada kering.

2. Karakteristik Balita

Balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan yang pesat sehingga, memerlukan zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya. Anak balita ini justru merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan zat gizi karena masih dalam taraf

perkembangan dan kualitas hidup anak sangat tergantung pada orang tuanya (Sediaoetama, 2008).

Masa balita merupakan masa kehidupan yang sangat penting dan perlu perhatian yang serius. Pada masa ini berlangsung proses tumbuh kembang yang sangat pesat yaitu pertumbuhan fisik dan perkembangan psikomotorik, mental, dan sosial. Stimulasi psikososial harus dimulai sejak dini dan tepat waktu untuk tercapainya psikososial yang optimal. Oleh karena itu, peran makanan yang bernilai gizi tinggi sangat penting. Pemberian makanan untuk anak, harus bisa meningkatkan selera makan anak. Pada umumnya anak – anak lebih menyukai makanan yang bervariasi, bentuk – bentuk makanan yang lucu dan berwarna – warni, dan lebih menyukai makanan yang bervariasi. Pada masa ini, balita perlu memperoleh zat gizi yang tepat dan berkualitas baik. (Adriani&Wirjatmadi, 2012).

Zat Gizi (*nutrients*) adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu menghasilkan energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses – proses kehidupan. (Almatsier, 2010) Zat gizi yang penting untuk balita antara lain :

1. Energi

Angka kecukupan energi balita berasal dari rata – rata kebutuhan energi balita yang tumbuh dengan sehat. Kecukupan energi biasanya dipenuhi dari konsumsi pangan pokok, sedangkan kebutuhan protein dipenuhi dari sejumlah substansi hewan, seperti ikan, daging, telur dan

susu (Supariasa *et. al* 2012). Energi utama dipasok oleh karbohidrat dan lemak. Protein juga dapat digunakan sebagai sumber energi terutama jika sumber lain terbatas. (Arisman, 2004) Angka Kecukupan Gizi (AKG) dapat digunakan untuk menilai tingkat kecukupan zat gizi individu. Kecukupan energi balita dapat dihitung dengan tabel AKG 2013 sesuai usia dan berat badan balita.

Tabel 1. Angka Kecukupan Energi Untuk Anak Balita

Golongan umur (tahun)	BB (kg)	Energi (kkal)
1-3	13	1125
4-5	19	1600

Sumber :Kementerian Kesehatan RI, 2013

2. Protein

Protein diperlukan oleh tubuh untuk menunjang pertumbuhan, membangun sel-sel yang telah rusak, membentuk zat-zat pengatur seperti enzim dan hormon, membentuk zat anti energi dimana tiap gram protein menghasilkan sekitar 4,1 kalori (Almatsier, 2010). Protein sebagai pembentuk energi tergantung macam dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi. Untuk menentukan nilai energi dan protein dalam tubuh dapat memperhatikan angka-angka protein tiap bahan makanan. Kecukupan protein anak balita dapat dihitung melalui tabel AKG 2013 menurut golongan umur dan berat badan.

Tabel 2. Angka Kecukupan Protein Anak Balita

Golongan umur (tahun)	BB (kg)	Protein (gram)
1-3	13	26
4-5	19	35

Sumber :Kementerian Kesehatan RI, 2013

3. Tingkat Penerimaan Makanan

Tingkat penerimaan makanan konsumen dapat diukur dengan mengumpulkan data konsumsi pangan. Ada beberapa cara yang dapat digunakan untuk mengumpulkan data konsumsi pangan. Secara umum pengumpulan data konsumsi pangan dapat dilakukan salah satunya dengan metode penimbangan atau *food weighing*. *Food weighing* merupakan metode penilaian konsumsi pangan yang akan dikonsumsi dan sisa yang telah dikonsumsi oleh individu menggunakan timbangan makanan dengan tujuan untuk mengetahui bobot makanan yang dikonsumsi (Sirajuddin dkk, 2014).

Prinsip dari metode penimbangan adalah mengukur secara langsung setiap jenis makanan yang dikonsumsi dan selanjutnya dapat dihitung persentase sisa makanan (*waste*) dengan rumus :

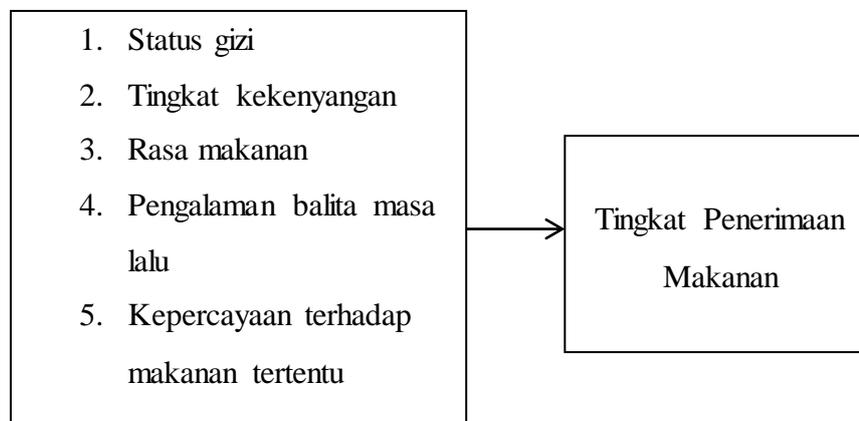
$$\frac{\text{berat awal} - \text{berat sisa makanan}}{\text{berat awal}} \times 100\% \quad (1)$$

Dalam metode penimbangan, yang perlu diperhatikan adalah bagaimana cara menimbang yang baik dan benar. Kelebihan dari metode penimbangan adalah lebih akurat dibanding dengan metode lainnya, dapat mencatat secara pasti mengenai jumlah dan jenis bahan makanan, sisa makanan dapat dihitung secara pasti dan

mempunyai validitas yang tinggi. Sedangkan kelemahan dari metode penimbangan yaitu: tidak praktis, memerlukan tempat yang agak luas untuk menampung alat makan dan sisa makanan, memerlukan waktu lama untuk menimbang sisa makanan, dan memerlukan ketrampilan pada saat menimbang makanan (Supariasa *et. al*, 2012).

Penerimaan anak terhadap makanan dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti status gizi, tingkat kekenyangan, rasa makanan, pengalaman balita masa lalu, dan kepercayaan terhadap makanan tertentu. Biasanya balita tidak menyukai makanan yang pahit, asam, dan pedas. (Rusilanti&Istiany, 2014)

B. Kerangka teori



Gambar 1. Faktor yang mempengaruhi penerimaan makanan balita.

Sumber : Rusilanti & Istiany 2014.

C. Pernyataan Penelitian

Semakin tinggi tingkat penerimaan makanan tambahan penyuluhan maka semakin tinggi kontribusi asupan makanan yang dikonsumsi oleh balita.