Nerspedia
eISSN: 2722-6573; pISSN: 2721-1444
@ Nerspedia 2022

Analisis Pemberian Nugget Tempe Terhadap Berat Badan Anak

Nurkhalis Imbransyah, Eka Santi

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat

Email korespondensi: nurkhalis.993@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan keperawatan pada anak dengan *stunting* akan selalu muncul masalah nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh karena penyerapan protein yang kurang pada pasien tersebut. Dari beberapa penelitian menyebutkan bahwa pemberian diet dengan tinggi protein efektif untuk membantu meningkatkan berat badan anak dengan baik. Tujuan dari studi kasus ini Menguraikan hasil analisis asuhan keperawatan klien dengan masalah keperawatan nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh pada pasien dengan *stunting*. Metode yang dilakukan dalam membantu memperbaiki status nutrisi balita adalah dengan pemberian nugget tempe dan edukasi mengenai asupan nutrisi pada ibu. Setelah implemenasi selama 6 hari diperoleh jika berat badan balita meningkat hal ini karena penyerapan protein dengan konsep *double* protein pada anak berjalan baik. Sehingga Hasil evaluasi menunjukan diagnosis nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh teratasi sebagian, hal ini karena waktu yang sempit dalam pemberian nugget tempe.

Kata Kunci: Nugget Tempe, Balita, Nutrisi Kurang dari Kebutuhan Tubuh, *Stunting*.

ABSTRACT

*Nursing problems in children with stunting will always appear as nutritional problems that are less than the body's needs because of the insufficient absorption of protein in these patients. From several studies, it is stated that providing a diet with high protein is effective in helping to improve the nutritional status of the toddler. **Aim of this case study was to** describe the results of the analysis of nursing care for clients with nutritional nursing problems that are less than the body's needs in patients with stunting. This case study taking a method to help improve the nutritional status of toddlers by giving tempeh nuggets and education about nutritional intake to mothers. After implementation for 6 days, it is obtained if the toddler's body weight increases. The results of the evaluation show that the diagnosis of nutrition is less than the body's needs are partially resolved, this is because of the limited time in giving tempeh nuggets*.

Keywords: Less Nutrition Than Body Needs, Stunting, Tempeh Nuggets, Toddlers.

Cite this as: Imbransyah, N. dan Santi, E. Analisis Pemberian Nugget Tempe Terhadap Berat Badan Anak. Nerspedia 2021;3(2):277-283.

PENDAHULUAN

Salah satu fokus permasalahan kesehatan pada anak adalah permasalahan perkembangan dan pertumbuhan. 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. *Stunting* adalah masalah pertumbuhan yang di alami oleh balita yang sekarang ini menjadi masalah priortitas oleh WHO dan termasuk dalam SDG's. *Stunting* menggambarkan keadaan di mana tinggi badan balita yang lebih pendek dibandingkan tinggi badan balita yang memiliki usia yang sama(1). Hal ini disebabkan kurangnya asupan gizi pada balita bahkan sejak dari dalam kandungan hingga saat balita dilahirkan, namun balita yang mengalami *stunting* akan terihat dengan sangat jelas ketika usia balita mencapai dua tahun (2)

Indonesia berada pada posisi 3 besar di kawasan asia tenggara untuk kejadian stunting pada tahun 2005-2017 dengan 36,4% (3) dan berdasarkan hasil

RISKESDAS 2018 menunjukan bahwa angka stunting di Indonesia berada di level 30,8% dengan Indonesia provinsi Kalimantan Selatan termasuk kedalam wilayah penderita stunting terbanyak yaitu 33,2% (4). *Stunting* menjadi perhatian dunia karena efek jangka panjang yang ditimbulkan seperti perkembangan kognitif yang lambat, meningkatkan angka kesakitan dan kematian serta berkontribusi utama dalam kemiskinan (5–7).

Stunting yang terjadi pada balita memiliki kaitan dengan peningkatan sensitifitas balita untuk menderita penyakit menular maupun penyakit tidak menular. Selain itu kejadian stunting pada balita dapat dijadikan indikasi turunnya kualitas SDM atau sumber daya manusia pada suatu negara (Setiawan et al. 2018). Peranan perawat dalam kejadian stunting di komunitas adalah terlibat dalam pencegahan, dimana perawat dapat menjalankan fungsinya sebagai educator dengan memberikan informasi terkait dengan stunting (7). Stunting sangat di pengaruhi oleh pemberian asupan nutrisi yang adekuat, karena itu praktek pemberian asupan nutrisi menjadi sangat penting bagi anak dengan stunting. (8) Stunting menjadi sangat mungkin terjadi pada balita yang tinggal di lahan basah karena akses dalam pemberian nutrisi yang adekuat menjadi sangat sulit, sehingga asupan nutrisi menjadi sangat penting untuk anak. Salah satu asupan nutrisi yang penting bagi balita dengan stunting adalah protein (8).

Tempe merupakan salah satu makanan tradisional yang sangat mudah di dapat dan murah dari aspek ekonomi. Protein tempe tergolong mudah dicerna sehingga dapat digunakan dalam program peningkatan berat badan terutama pada balita. Tempe yang dibuat dari kacang kedelai telah banyak dimanfaatkan sebagai sumber protein nabati. Komposisi tempe kedelai menunjukkan defisit pasangan asam amino metionin-sistin, secara menyeluruh tempe mengandung unsur zat gizi yang cukup tinggi: 25 % protein (17 gram protein/100gram), 5 % lemak, 4 % karbohidrat dan 60 % air, kaya akan sumber vitamin B12 , rendah lemak, dan bebas kolesterol. Selain itu, kejadian stunting juga dapat disebabkan oleh penyakit infeksi yang diderita bayi (5,9,10).

Tingginya kandungan protein pada tempe di mana kandungan protein tersebut mudah di cerna dan mudah di dapat membuat tempe menjadi salah satu jenis protein yang sangat bagus membantu meningkatkan status nutrisi anak (11).

Berat badan anak yang meningkat sebagai indikator meningkatnya asupan nutrisi seperti protein, karbohidrat dan lemak. Sehingga peningkatan massa otot tubuh karena asupan nutrisi dan perbaharuan sel tubuh menjadi maksimal. Hal ini berpengaruh pada tinggi badan anak sebagai hasil dari pembaharuan dan pembangunan sel sel dalam tubuh termasuk sel tulang. Atau dapat disimpulkan bahwa pemantauan peningkatan berat badan anak berpotensi menurunkan kejadian pendek pada anak (12,13).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dengan pendekatan studi kasus untuk mendapatkan gambaran gambaran pemberian asuhan keperawatan anak dengan diagnosis keperawatan ketidakseimbangan nutrisi : kurang dari kebutuhan tubuh melalui intervensi pemberian nugget tempe . Bertempat di Desa Penggalaman Martapura Barat Kabupaten Banjar Kalimantan Selatan. Subyek penelitian adalah satu orang klien dengan masalah *stunting* berdasarkan TB/U dan gizi kurang beradasarkan BB/U dan CDC 2000 . Data dikumpulkan dengan

menggunakan format pengkajian asuhan keperawatan anak melalui metode wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, prioritas masalah keperawatan, dan intervensi berdasarkan Eviden Based Nurse. Pemberian nugget tempe dilakukan selama 6 hari dengan pemberian setiap hari nya sebanyak 10 buah nugget tempe atau setara dengan 100-150 gram nugget tempe (11).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengkajian yang di lakukan kepada An.I di peroleh data An.I berusia 35 bulan dengan berat badan (BB) 9,3 kg dan tinggi badan 76cm. dari hasil perhitungan di peroleh TB/U >-3 SD atau bisa di artikan anak berada dalam kondisi sangat pndek dan BB/U -2,2 SD atau dikategorikan gizi kurang. Ibu klien mengatakan jika anaknya An.I sangat susah untuk makan, sehari hanya makan 1 kali sehari pada siang hari, itupun hanya sedikit.lebih dari itu, An.I hanya mengkonsumsi makanan ringan berupa *snack snack* saja.

Berdasarkan data yang di dapat saat pengkajian dapat di angkat diagnosis keperawatan utama yaitu ketidakseimbangan nutrisi : kurang dari kebutuhan tubuh berhubungan dengan asupan gizi kurang pada An.I (14).

Berdasarkan diagnosis keperawatan yang muncul dari hasil pengkajian keperawatan anak yaitu ketidakseimbangan nutrisi : kurang dari kebutuhan tubuh berhubungan dengan asupan gizi kurang maka dapat di tentukan intervensi unggulan untuk meningkatkan status nutrisi anak yaitu intervensi yang mengandung tinggi kalori tinggi protein, murah dan mudah didapat dan dapat dibuat oleh ibu pasien sendiri. Berdasarkan beberapa penelitian maka dipilihlah nugget tempe sebagai intervensi unggulan untuk diagnosis keperawatan yang di alami An.I (15).

Implementasi keperawatan di lakukan selama 6 hari yakni tanggal 26 April – 1 Mei 2021. Implementasi di lakukan berdasarkan NIC (*Nursing Interventions Classification*), yaitu bantuan peningkatan berat badan dan pengajaran : nutrisi balita 25-36 bulan berupa pemberian nugget tempe sebanyak 100-150 gram untuk 1 hari, memberikan edukasi tentang pentingnya asupan nutrisi pada balita, memberikan edukasi tentang isi piringku, memberikan edukasi tentang pentingnya variasi menu makanan untuk meningkat nafsu makan anak, dan juga menimbang berat badan anak (15).

Tabel 1.1 Perubahan berat badan anak

No	Hari / Tanggal	Berat Badan Anak
1	Senin / 26 April 2021	9,3 Kg
2	Selasa / 27 April 2021	9,34 Kg
3	Rabu / 28 April 2021	9,36 Kg
4	Kamis / 29 April 2021	9,43 Kg
5	Jum’at / 30April 2021	9,48 Kg
6	Sabtu / 1 Mei 2021	9,5 Kg

Setelah di lakukan implementasi selama 6 hari evaluasi di lakukan pada hari ke tujuh di dapatkan data subjektif ibu klien mengatakan Ibu klien mengatakan mengerti tentang pentingnya nutrisi untuk pertumbuhan anak, ibu klien juga mengatakan sudah membuatkan varian menu berbeda untuk anak tiap harinya, ibu klien mengatakan untuk 1 porsi makan sebaiknya ada karbohidrat berupa nasi 1/3 dari piring sayur 1/3 dari piring serta ikan dan buah buahan di 1/3 piring lainnya. Ibu klien mengatakan anaknya sangat suka makan dengan nugget tempe dan mengaturkan agar anaknya makan 3x sehari. Dari pengamatan dan pengukuran di peroleh Berat badan anak 9,5 Tinggi badan 76 cm, BB/U maka anak di kategorikan gizi kurang dengan hasil perhitungan BB/U adalah -2,4 SD. Perhitungan CDC 2000 89% (gizi Kurang). anak tampak lahap makan dengan nugget tempe. Masalah ketidakseimbangan nutrisi : kurang dari kebutuhan tubuh berhubungan dengan asupan gizi kurang teratasi sebagian dengan hasil evaluasi tujuan pertama belum tercapai (skala 1 menjadi 3), tujuan kedua tercapai (dari skala 2 menjadi skala 4). *Planning* dilanjutkan dengan rencana tindak lanjut berupa memberikan saran untuk ibu agar tetap melanjutkan pemberian nugget tempe pada anak dan memberikan variasi menu makan untuk anak (15,16).

Pada saat evaluasi ibu mengatakan sudah memberikan variasi menu makan untuk anak agar nafsu makan anak dapat terjaga dengan baik bahkan meningkat. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian bahwa anak pada rentang usia 2-5 tahun anak tertarik pada dunia permainan sehingga perhatian anak akan berkurang. Dengan memberikan variasi makanan maka perhatian anak juga akan muncul terhadap makanan dan anak menambah nafsu makan jika variasi tersebut menarik(16).

Dari hasil evaluasi di dapatkan bahwa ada peningkatan berat badan anak, Menurut Maryunani 2016 (17) pada anak stunting permasalahan nutrisi kurang dari kebutuhan tubuh dapat terjadi karena penyakit infeksi dan juga asupan nutrisi kurang. Karena itu, pemenuhan status protein pada anak dengan stunting penting di lakukan untuk percepatan tumbuh kembang dan regenerasi sel (5,7,18,19).

Nugget tempe sendiri di berikan karena protein yang ada pada tempe tergolong sangat mudah di cerna sehingga mampu dengan cepat menaikan berat badan terutama pada balita. Tempe yang dibuat dari kacang kedelai telah dimanfaatkan sebagai sumber protein nabati. Komposisi tempe kedelai menunjukkan defisit pasangan asam amino metionin-sistin, secara menyeluruh mengandung unsur zat gizi yang cukup tinggi: 25 % protein (17 gram protein/100gram), 5 % lemak, 4 % karbohidrat dan 60 % air, sumber vitamin B12 yang cukup tinggi, rendah lemak, bebas kolesterol (11). Berbagai macam kandungan dalam tempe mempunyai nilai obat, seperti antibiotika untuk menyembuhkan infeksi dan antioksidan pencegahan penyakit degeneratif (20).

Protein termasuk ke dalam zat makronutiren yang berperan dalam pertumbuhan anak dengan cara membangun atau membentuk kembali jaringan seperti kulit, otot dan tulang. Selain menjadi zat pembangun protein juga mempunyai fungsi dalam memelihara sel dan kekebalan tubuh serta membantu dalam metabolisme sistem kekebalan tubuh(12). Karena itu asupan protein bagi anak yang memiliki masalah dengan pemenuhan nutrisi sangat penting. Karena, protein bagi anak yang masih dalam masa pertumbuhan berhubungan dengan pembentukan jaringan tubuh, pemeliharaan sel dan jaringan yang rusak serta penyediaan

anzim. Apabila anak dalam kondisi kekurangan protein maka pembentukan jaringan tubuh, pemeliharaan sel dan jaringan serta metabolisme tubuh akan terhambat dan menjadikan anak terhambat pertumbuhannya dengan indikator menurun berat badan dan juga tinggi badan(10,12,13,19,21)

Cara mengatasi balita dengan gizi kurang salah satunya dengan cara memenuhi konsumsi makanan setiap hari secara bervariasi, menganjurkan pada orang tua balita agar balitanya mengurangi jajanan dengan aroma gurih dan manis, karena hal tersebut akan memberi rasa kenyang sehingga asupan gizi tidak terpenuhi, upaya untuk meningkatkan berat badan balita adalah dengan pemberian PMT yang mengandung tinggi protein dan tinggi kalori sesuai dengan berat badan balita sehingga dapat memenuhi kebutuhan gizinya. Salah satu jenis PMT yang memenuhi kebutuhan tersebut adalah dengan pemberian olahan tempe kedelai, agar olahan tempe kedelai tersebut bisa terkonsumsi secara maksimal, kemudian kita modifikasi menjadi bentuk nugget, dengan penyajian lain diharapkan balita menjadi tertarik sehingga mempunyai kemauan untuk mengkonsumsinya (11,22).

KETERBATASAN

Keterbatasan pada penelitian ini adalah waktu yang sangat singkat sehingga dapat terjadi bias pada hasil penelitian ini. Selain itu, untuk intervensi bantuan meningkatkan berat badan kadar perotein lemak dan karbohidrat harus di periksa. Namun karena keterbatasan peneliti maka ketiga makroprotein tersebut tidak bisa di periksa.

ETIKA PENELITIAN

Dilakukan *informed concern* secara lisan, dimana penulis menanyakan kesediaan ibu dari An.I untuk diberikan asuhan keperawatan Anak kepada An.I dan keluarga mengatakan bersedia. Selain itu pada penulisan laporan nama pasien dan ibu akan di jadikan anonymity atau nama pasien akan disamarkan sebagai bentuk dari perlindungan terhadap privasi pasien.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan di dalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASI

Ucapan terima kasih saya berikan kepada Dekan Fakultas Kedokteran Dr. dr. Iwan Aflanie, M. Kes., Sp.F., S.H. dan Kepala Prodi Ilmu Keperawatan Agianto, S.Kep., Ns., M.N.S., Ph.D. yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penulisan. Kepada pembimbing Ibu Eka Santi, Ns., M.Kep. yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah Ners ini. Kepada dosen penguji Windy Yuliana Budianto, Ns., M.Biomed yang memberi kritik dan saran sehingga Karya Tulis Ilmiah Ners saya menjadi semakin baik.

PENUTUP

Pada pasien dengan gangguan pemenuhan nutrisi diagnosis keperawatan ketidakseimbangan nutrisi : kurang dari kebutuhan tubuh berhubungan dengan asupan gizi kurang akan selalu muncul karena sedikitnya ketersediaan protein dalam tubuh anak. Karena itu intervensi berupa makanan yang mengandung tinggi kalori tinggi protein di perlukan. Salah satu makanan di Indonesia yang mengandung tinggi protein, murah secara ekonomi dan mudah di dapat adalah tempe.

Pemberian PMT nugget tempe pada anak dengan diagnosis ketidakseimbangan nutrisi : kurang dari kebutuhan tubuh merupakan salah satu intervensi yang

efektif dalam membantu meningkatkan status nutrisi anak. Hal ini dapat terlihat dari penelitian ini, dimana setelah pemberian nugget tempe selama 6 hari berturut ada peningkatan berat badan pada anak walaupun peningkatan tersebut tergolong kecil. Akan tetapi bisa di kalkulasikan jika pemberian itu di lakukan lebih lama dari 6 hari.

Setelah di lakukan asuhan keperatawatan pada An.I selama 6 hari di harapkan agar keluarga dapat melanjutkan pemberian nugget tempe ataupun makanan dengan kandungan tinggi kalori tinggi protein lainnya untuk anak dengan masalah pemenuhan gizi.

REFERENSI

1. Marcdante KJ. Ilmu Kesehatan Anak Esensial. 6th ed. Jakarta: Elsevier; 2014.

2. Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi. Buku saku desa dalam penanganan stunting. Buku Saku. Jakarta: Kementerian Desa Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi; 2018. 2–13 p.

3. Pusdatin. Situasi Balita Pendek (STUNTING) Di Indonesia. jakarta: Pusat data dan Informas Kementrian Kesehatan; 2018.

4. Litbangkes. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Jakarta; 2018.

5. Gouandjika-Vasilache I, Sansonetti P, Giles-Vernick T, Vonaesch P, Gody JC, Tondeur L, et al. Factors associated with stunting in healthy children aged 5 years and less living in Bangui (RCA). PLoS One. 2017;12(8):e0182363.

6. Ni'mah K, Nadhiroh SR. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stunting Pada Balita. Media Gizi Indones. 2015;1(2):13–9.

7. Setiawan E, Machmud R, Masrul M. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stunting pada Anak Usia 24-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang Tahun 2018. J Kesehat Andalas [Internet]. 2018;7(2):275–84. Available from: http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/813/669

8. Kinasih R, Revika E, Yuliantina D. TINGKAT PENDIDIKAN IBU DENGAN STATUS GIZI BALITA DI PUSKESMAS PLERET. J Kesehat SAMODRA ILMU. 2016;7(1).

9. Syifa Vaozia N. FAKTOR RISIKO KEJADIAN STUNTING PADA ANAK USIA 1-3 TAHUN (STUDI DI DESA MENDURAN KECAMATAN BRATI KABUPATEN GROBOGAN). J Nutr Coll. 2016;5(4):314–20.

10. Ramos C V., Dumith SC, César JA. Prevalence and factors associated with stunting and excess weight in children aged 0-5 years from the Brazilian semi-arid region. J Pediatr (Rio J) [Internet]. 2015;91(2):175–82. Available from: http://dx.doi.org/10.1016/j.jped.2014.07.005

11. Mariyam M, Arfiana A, Sukini T. Efektivitas Konsumsi Nugget Tempe Kedelai Terhadap Kenaikan Berat Badan Balita Gizi

Kurang. J Kebidanan. 2017;6(12):63–72.

12. Ayuningtyas, Simbolon D, Rizal A. Asupan Zat Gizi Makro dan Mikro terhadap Kejadian Stunting pada Balita. J Kesehat. 2018;9(3):445.

13. Nurmalasari Y, Sjariani T, Sanjaya PI. HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN PROTEIN DENGAN KEJADIAN STUNTING PADA BALITA USIA 6-59 BULAN DI DESA MATARAM ILIR KEC. SEPUTIH SURABAYA KABUPATEN LAMPUNG TENGAH TAHUN 2019. J Ilmu Kedokt Dan Kesehat. 2019;6(2):92–6.

14. Herdman TH, Kamitsuru S. NANDA-I Diagnosis Keperawatan Definisi dan Klasifikasi 2018-2020. Jakarta: EGC; 2018.

15. Bulechek GM, Buthcer HK, Dochterman JM, Wagner CM. Nursing Intervention Classification (NIC), 6th Indonesian Edition. Indonesia: Elsevier Singapore Pte Ltd; 2016.

16. Saputri MP, Nuraeni A, Supriyono M. EFEKTIVITAS VARIASI MAKANAN TERHADAP PENINGKATAN NAFSU MAKAN ANAK USIA PRASEKOLAH DI KELURAHAN KUNINGAN SEMARANG UTARA. J Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 2015;45(2):1–8.

17. Maryunani A. Pengenalan praktis MTBS (Manajemen Terpadu Balita Sakit) untuk paramedis. Jakarta: In Media; 2016.

18. Desmond C, Casale D. Catch-up growth in stunted children: Definitions and predictors. PLoS One. 2017;12(12):1–12.

19. Rachmi CN, Agho KE, Li M, Baur LA. Stunting, underweight and overweight in children aged 2.0-4.9 years in Indonesia: Prevalence trends and associated risk factors. PLoS One. 2016;11(5):1–17.

20. Mestika Puspa Sari Tarigan. ANALISIS MUTU FISIK NUGGET DENGAN VARIASI FORMULA TEMPE DAN BAYAM HIJAU. Politekhnik Kesehatan Medan. POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN; 2019.

21. ridiyah FO, Rohmawati N, Ririanty M. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan. J Pustaka Kesehat [Internet]. 2015;3(1):163. Available from: farahokky28@gmail.com

22. Syarfaini, Satrianegara MF, Astari ARA. Pengaruh Pemberian Nugget Tempe Dengan Tusi Ikan Gabus Terhadap Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di Mis Ddi Ainus Syamsi Kel.Lette, Kota Makassar 2014. Public Heal Sci J. 2016;8(2):151–60.