

Pengaruh Konsumsi Nugget Ikan Tuna Terhadap Perubahan Berat Badan Balita Di Desa Percut Sei Tuan

Siska Evi Martina^{1*}, Awidiyah², Tiur Gultom³

^{1,2,3}Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia

*corresponding author

Artikel Informasi		Abstract
Received	21 November 2022	<p><i>During childhood, the process of growth and development takes place very quickly, hence the need for adequate nutrition. Food intake is one of the direct causes that affect the nutritional status of young children. The prevalence of very poor and poor nutritional status in toddlers in Dusun 2 Percut Sei Tuan Village is 2.74% and has not reached the target of 1.0 SD (prevalence) of malnourished toddlers selected from 15 respondents using purposive sampling technique. The research site was Posyandu Dusun 2 Percut Sei Tuan Village. Questionnaires and weight measurements were used to collect data. STATA 14 with paired T test was used for data processing and analysis. Based on the results of the study, the average body weight of toddlers before the intervention was 13.56 ± 3.08 and the average body weight after the intervention was 14.28 ± 2.99. The results of the paired T test analysis have a Sig value. (2-tailed) $0.000 < 0.05$, indicating that Tuna Fish Nuggets can affect weight change in young children. The conclusion of this study is that the average body weight changes before and after the Tuna Fish Nugget intervention with an increased change of 0.38 kg.</i></p>
Revised	26 November 2022	
Available Online	30 November 2022	
Keyword		
Toddler; Tuna Fish; Nugget; Wight		
Korespondensi		
Phone		
Email	siskaevi21@gmail.com	

PENDAHULUAN

Kualitas hidup individu dapat dilihat dari kesehatannya, gangguan kesehatan dapat terjadi pada semua usia, terutama yang lebih rentang terganggu kesehatannya yaitu balita karena pada balita sistem imunnya masih dalam proses perkembangan. Dikutip dari WHO (World Health Organization) gangguan kesehatan yang sering terjadi di dunia pada balita yaitu masalah gizi baik itu masalah gizi buruk maupun gizi gemuk (Anggraeni et al. 2021). Gizi menjadi bagian yang sangat penting bagi pertumbuhan dan

perkembangan balita dimana pada tahap ini merupakan tahap pembentukan dan perkembangan menjadi manusia yang utuh.

Status gizi merupakan gambaran apa yang dikonsumsi oleh seseorang dalam jangka waktu yang lama. Karena itu, ketersediaan zat gizi di dalam tubuh seseorang termasuk bayi dan balita menentukan keadaan gizi bayi dan balita apakah kurang, optimum atau lebih. Makanan yang diberikan pada bayi dan balita akan digunakan untuk pertumbuhan badan, karena itu status gizi dan

pertumbuhan dapat dipakai sebagai ukuran untuk memantau kecukupan gizi bayi dan balita, dimana seluruh pertumbuhan dan kesehatan balita erat kaitannya dengan masukkan makanan yang memadai (Tahar 2021).

Salah satu komponen yang perlu diperhatikan dalam membangun SDM yang berkualitas ialah dengan memperhatikan asupan nutrisi yang dikonsumsi oleh Balita. Dalam nutrisi terdapat kebutuhan zat gizi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan seperti protein, karbohidrat, lemak, mineral, vitamin, dan air. Apabila kebutuhan nutrisi seseorang tidak atau kurang terpenuhi maka dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangannya.

Pada tahun 2020 UNICEF (united nations international children's emergency fund) memperkirakan sebanyak 45,4 juta anak balita mengalami kekurangan gizi akut, persentase balita kekurangan gizi akut paling tinggi yaitu di asia selatan sebanyak 14,7%, Afrika barat dan tengah sebesar 7,2%, Proporsi balita kekurangan gizi akut di Timur Tengah dan Afrika Utara mencapai 6,3%. Kemudian, ada 5,3% balita yang kekurangan gizi akut di Afrika Timur dan Selatan (Hadya 2021).

Dikutip dari KEMENKES hasil survei status gizi indonesia (SGGI) 2022 di Indonesia pada tahun 2021 jumlah anak yang mengalami status gizi buruk

sebanyak 21.047 anak, dan pada tahun 2022 jumlah anak yang kekurangan gizi bertambah menjadi 20.435 anak (LIZA 2023). Berdasarkan Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022, berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (ssgi) 2022, angka prevalensi sumbu turun sebesar 4,7 menjadi 21,1% dari angka 25,8% pada tahun 2021.

Ikan tuna merupakan salah satu ikan laut yang cukup sering dikonsumsi oleh masyarakat pada umumnya, ikan tuna banyak manfaatnya untuk tumbuh kembang balita, Ikan tuna memiliki beragam nutrisi yang diperlukan oleh tubuh seperti protein, vitamin B, vitamin D, kalsium, fosfor, kalium, seng, selenium, dan kromium, dan juga ikan tuna merupakan sumber asam lemak omega 3. Manfaat ikan tuna yang diberikan kepada balita seperti memperkuat daya tahan tubuh, mendukung perkembangan otak, meningkatkan metabolisme tubuh, mencegah anemia, mendukung pertumbuhan tulang dan gigi, dan dapat menambah tinggi dan berat anak (Apituley et al. 2020).

Pada pertumbuhan balita orang tua terutama ibu harus berperan terhadap kesehatan anak balitanya terutama dalam pemberian gizi yang cukup, ibu harus memahami kebutuhan gizi pada balita agar balita tidak kekurangan gizi dalam tumbuh kembangnya (Martina et al. 2020).

METODE

Jenis penelitian ini adalah *quasy eksperiment* dengan menggunakan rancangan *one group pretest-posttest*. Penelitian ini dilakukan di Desa Percut Sei Tuan, Deli Serdang pada bulan Mei–Agustus 2022. Nilai *pre-post* digunakan untuk mengetahui perubahan berat badan balita selama dilakukan intervensi. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah balita yang tidak dengan *z-score* >1,0 SD (resiko berat badan lebih) menurut indeks BB/U di Posyandu Dusun 2, Desa Percut Sei Tuan sebanyak 15 balita. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, teknik ini dilakukan dengan melihat beberapa pertimbangan untuk dapat menentukan jumlah sampel yang akan diteliti dengan kriteria inklusi dan eksklusi (Hasibuan et al. 2023)

Data yang diambil dari penelitian ini terdiri dari data primer dan sekunder. Data primer meliputi identitas responden, identitas ibu balita, dan data gambaran berat badan balita sebelum dan sesudah. Data sekunder meliputi gambaran umum lokasi penelitian, dan jumlah balita di Posyandu Dusun 2 Desa Percut Sei Tuan

Penelitian ini diawali dengan pembuatan nugget dengan penambahan Ikan Tuna (Sormin et al. 2020). Cara

pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan sebelum dan setelah intervensi yaitu mengukur berat badan balita dengan menggunakan timbangan *digital* dan untuk mengetahui *z-score* pada balita yang akan di intervensi. Setiap anak diberikan sebanyak 6 buah nugget dengan penambahan Ikan Tuna untuk dikonsumsi dalam sehari selama 18 hari. Pemantauan konsumsi Nugget Tuna pada balita di pantau menggunakan form pemantauan untuk melihat jumlah yang dikonsumsi balita setiap harinya.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *Paired T-test* dengan menggunakan program STATA 14. Sebelum dilakukan uji hipotesis, dilakukan uji normalitas dengan menggunakan *Skewness and Kurtosis Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Sampel Karakteristik Balita

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Balita

Karakteristik Balita		N	%
Usia	18 Bulan	3	20
	24 Bulan	5	34
	30 Bulan	4	26
	36 Bulan	3	20
Jenis Kelamin	Perempuan	9	60
	Laki-laki	6	40

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik usia responden dimana total

keseluruhan balita dengan usia mayoritas 24 bulan (34 %) dan 30 bulan (26 %), dengan jenis kelamin terbanyak dalam penelitian ini adalah perempuan yaitu berjumlah 9 balita (60%), sedangkan laki-laki yaitu berjumlah 6 balita (40%).

Perubahan Berat Badan Balita Sebelum dan Sesudah Pemberian Nugget Ikan Tuna

Tabel 2. Distribusi Rata-Rata Berat Badan Sebelum dan Sesudah Intervensi

Berat Badan	N	Mean ± SD	Min	Max
Sebelum	15	14,28 ± 2,99	9,1	20
Sesudah	15	14,28 ± 2,99	10	22,5

Hasil analisis menunjukkan bahwa ada perubahan berat badan sebelum dan sesudah intervensi pemberian nugget tuna, sebesar rata-rata 0,20 kg. Dari 15 balita, nilai rata-rata berat badan balita sebelum intervensi yaitu $13,56 \pm 3,08$ dengan nilai terkecil 9,1 kg dan nilai terbesar adalah 20 kg. Sedangkan nilai rata-rata sesudah intervensi yaitu $14,28 \pm 2,99$ dengan nilai terkecil 10 dan nilai terbesar adalah 22,5kg. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Aryana et al. 2022) yang juga menunjukkan bahwa pengaruh pemberian nugget ikan bandeng F2 terhadap status gizi kurang pada balita usia 1-5 tahun. Hubungan Nugget Ikan Tuna

dengan Perubahan Berat Badan Balita Berdasarkan hasil uji statistik uji t berpasangan diperoleh sig (dua sisi) sebesar 0,000 (nilai < 1). Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa pemberian nugget ikan tuna berpengaruh terhadap perubahan berat badan pada bayi. Sebaliknya nilai mean sebesar -0,4264 bertanda positif artinya ada kecenderungan kenaikan berat badan sebelum dan sesudah operasi. Pemberian Suplementasi Fish Nugget berpengaruh positif terhadap Status Gizi siswa gizi kurang dimana terdapat perbedaan sangat signifikan antara Status Gizi indikator BB/U, TB/U dan BMI/U pada sebelum dan sesudah intervensi (Olga L, Paruntu & I Made Djendra, 2012) mengungkapkan bahwa nutrisi yang terkandung dalam Ikan Tuna Nilai gizi ikan tuna sangat baik kandungan omega- 3 nya. Kadar protein per 100 g ikan tuna dan telur masing-masing 22 g dan 13 g. (Nasution, Pratiwi et al. 2022) dalam penelitiannya juga menemukan bahwa menunjukkan ada peningkatan status gizi balita stunting dengan pemberian cookies tepung tulang ikan tuna. Peningkatan status gizi disebabkan oleh terpenuhinya kebutuhan gizi dan merupakan salah satu alternatif cara untuk mengurangi masalah gizi yang dihadapi anak usia dini. Kandungan protein nugget ikan tuna sangat tinggi dibandingkan dengan kandungan protein nugget tanpa

penambahan ikan tuna. Sebuah studi oleh (Siska Evi Martina et al 2020) mengungkapkan bahwa formulasi nugget terpilih dapat memberikan kontribusi energi dan protein pada anak balita gizi kurang sehingga dapat diklaim sebagai produk kaya energi dan protein. Pentingnya asupan protein bagi pertumbuhan tubuh bayi Protein merupakan bahan pembangun, menjaga struktur dan jaringan tubuh, serta merupakan sumber energi (Anggraeni et al. 2021). Penelitian (ivan Elisabeth Purba, Donal Nababan, Siska Evi Martina 2023) menunjukkan bahwa ketika menggunakan PMT pada anak kecil, usia dan status kesehatan anak kecil harus dipertimbangkan untuk memastikan prosedur dilakukan dengan baik dan benar bahwa saya perlu melakukannya. Jumlah yang dikonsumsi setiap hari oleh bayi. Hal ini mempengaruhi nafsu makan bayi dan perubahan berat badan dibandingkan sebelumnya.

Pengaruh Pemberian Nugget Ikan Tuna dengan Perubahan Berat Badan Balita

Berdasarkan hasil uji statistik uji T berpasangan menunjukkan bahwa Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 dimana nilainya < 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian Nugget Ikan Tuna berpengaruh terhadap perubahan berat badan anak usia dini. Sedangkan rata-ratanya adalah -

0,4264 yang berarti positif yaitu berat badan cenderung meningkat sebelum dan sesudah tindakan. Peningkatan rata-rata adalah -0,42.

Tabel 3. Hasil Uji Paired t-Test

	Mean	Sig. (2-tailed)
BB balita sebelum dan sesudah	0,68	0,000

Selain konsumsi makanan, penyebab langsung status gizi balita adalah pola pendidikan, pola makan, ASI eksklusif, dan penyakit menular. Selain faktor-faktor tersebut, ada beberapa faktor yang secara tidak langsung mempengaruhi status gizi balita, yaitu tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu, pendapatan keluarga, diberikan atau tidaknya makanan tambahan, sejauh mana pelayanan kesehatan, dan faktor lingkungan sosial (Sholika, 2017). (Alamsyah et al. 2015) menjelaskan bahwa status gizi anak kecil sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial, dimana pendidikan ibu dapat memfasilitasi asimilasi dan perolehan pengetahuan, pengetahuan dan keterampilan terutama dalam pelaksanaan praktik kesehatan dan gizi anak. Sikap ibu terhadap makanan berhubungan dengan kejadian gizi buruk dan gizi buruk. Memberikan makanan tambahan pada anak kecil juga sangat dipengaruhi oleh kebiasaan konsumsi yang ibu berikan pada

anak kecil. (Iskandar 2017) dalam penelitiannya tentang pengaruh pemberian makanan modifikasi terhadap status gizi anak usia dini, beberapa kebiasaan konsumsi yang diberikan oleh ibu-ibu, misalnya makanan yang tidak bervariasi, hanya berupa nasi, kecap, ikan goreng dan garam, dan anak kecil sering kali dibiarkan makan di luar rumah. Hal ini mempengaruhi intervensi dan pola makan yang diberikan. Berdasarkan penelitian (Martina at al 2022), diketahui bahwa tambahan pangan cukup untuk menghasilkan energi dan protein, namun hal ini juga harus dilakukan sedemikian rupa agar kebutuhan energi dan protein tetap terpenuhi yaitu dengan memenuhi kebutuhan energi dan protein. dengan meningkatkan konsumsi. dari hidangan utama di rumah.

KESIMPULAN

Tuna dapat digunakan sebagai program suplemen nutrisi untuk mengatasi masalah gizi seperti malnutrisi pada anak kecil dan dapat digunakan sebagai makanan padat gizi. Perubahan rata-rata berat badan sebelum dan sesudah intervensi nugget kelor meningkat sebesar 0,38 kg. Berdasarkan analisis uji t berpasangan diperoleh nilai sig (two-tailed) sebesar 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamsyah, Dedi et al. 2015. "Beberapa Faktor Risiko Gizi Kurang Dan Gizi Buruk Pada Balita 12-59 Bulan." *Vokasi Kesehatan* (111):131–35.
- Anggraeni, Lina Dewi et al. 2021. "Analisis Asupan Zat Gizi Terhadap Status Gizi Balita." *Faletehan Health Journal* 8(02):92–101. doi: 10.33746/fhj.v8i02.191.
- Anik Sholika, Eunike Raffy Rustiana, Ari Yuniastuti. 2019. "Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Balita Di Pedesaan Dan Perkotaan." *E-Journal Cakra Medika* 6(2):16. doi: 10.55313/ojs.v6i2.48.
- Apituley, Daniel A. N. et al. 2020. "Karakteristik Dan Profil Asam Lemak Minyak Ikan Dari Kepala Dan Tulang Ikan Tuna (Thunnus Albacares)." *AGRITEKNO: Jurnal Teknologi Pertanian* 9(1):10–19. doi: 10.30598/jagritekno.2020.9.1.10.
- Aryana, Risma et al. 2022. "Pengaruh Pemberian Nugget Ikan Bandeng (Chanos Chanos) Terhadap Status Gizi Kurang Pada Balita Usia 1-5 Tahun." *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis* 17(3):109–15.
- Hadya, Dwi. 2021. "Proporsi Anak Di Bawah Lima Tahun Penderita Kekurangan Gizi Akut." *Data Boks*.
- Hasibuan, Ida Suryani et al. 2023. "PELATIHAN KADER KESEHATAN TENTANG PENCEGAHAN KEJADIANSTUNTING PADA BALITA DI DESA PERCUT SEI TUAN." 4(1):827–32.
- Iskandar. 2017. "PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN MODIFIKASI TERHADAP STATUS GIZI BALITA." *Jurnal Health Sains* 4(2):104–11. doi:

- 10.46799/jhs.v4i2.801.
- ivan Elisabeth Purba, Donal Nababan, Siska Evi Martina, Junius Dermawan Zebua. 2023. "Pemanfaatan TOR BISKUIT Sebagai MP-ASI Pada Bayi Stunting Usia 12-18 Bulan." *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia* 4(3).
- LIZA, SYARIFA. 2023. "Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022."
- Martina, Siska Evi et al. 2020. "Hubungan Partisipasi Ibu Pada Kegiatan Posyandu Terhadap Status Gizi Balita Di Desa Payageli, Medan." *Carolus Journal of Nursing* 2(1):86-94. doi: 10.37480/cjon.v2i1.14.
- Nasution, Pratiwi, Rauda et al. 20AD. "PENINGKATAN STATUS GIZI BALITA STUNTING DENGAN PEMBERIAN COOKIES TEPUNG DAUN KELOR DI DESA PERCUT KEC PERCUT SEI TUAN." *Andrew's Disease of the Skin Clinical Dermatology*. 5(April):1274-83.
- Siska Evi Martina, Edriyani Yonlafado, Novita Aryani. 2020. "Pemberian Puding Jagung Terhadap Pencegahan Stunting Pada Ibu Hamil, Bayi Dan Anak-Anak Di Dusun Tebing Ganjang." *Jurnal Abdimas Mutiara* 1(2).
- Siska Evi Martina, Rumondang Gultom Janno Sinaga, Pinta Neateku. 2022. "Penggunaan Aplikasi Si Centing , Terhadap Deteksi Dini Stunting Pada Balita." *Jurnal Teknologi, Kesehatan Dan Ilmu Sosial* 4(2).
- Sormin, Raja Bonan Dolok et al. 2020. "Karakteristik Nugget Ikan Tuna (Thunnus Sp.) Dengan Penambahan Ubi Ungu (Ipomoea Batatas)." *AGRITEKNO: Jurnal Teknologi Pertanian* 9(1):1-9. doi: 10.30598/jagritekno.2020.9.1.1.
- Tahar, Titah Nurul Lathifah. 2021. "Status Gizi Balita." *Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Utara* 2016.