

PENGARUH PEMBERIAN BUBUR TEMPE BERAS PUTIH DAN BUBUR TEMPE BERAS MERAH TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BADUTA GIZI KURANG DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS ARJASA KABUPATEN JEMBER

Tita Rudini Yassin ¹

¹Dosen Kebidanan, Akademi Kebidanan Jember, Indonesia
Jl. Pangandaran no.42 Jember
Telp./Fax. 081252962009
Email : titazakki@gmail.com

Article Info

Article history:

Received January 2th, 2017
Revised February 2th, 2017
Accepted March 28th, 2017

Keyword:

Brown Rice; Porridge; White Rice

ABSTRACT

Background. Nutrition problems in children under five in Indonesia have undergone improvements. This can be seen, among others, from the decrease in the prevalence of malnutrition in children under five from 5.4% to 4.9% in 2010. Despite the decline, the nominal number of malnourished children is still relatively large, therefore intensive treatment to overcome that matter.

Research Methods. The research design used was quantitative with the design of one group pre test post test.

Research Result. The increase in body weight in the red rice porridge treatment group was much higher compared to the average value of weight gain in the treatment group giving white rice porridge.

Conclusion. The treatment of porridge of brown rice tempe to increase body weight in children is considered quite effective.

Copyright © Jurnal Gizi Prima
All rights reserved.

PENDAHULUAN

Masalah gizi pada anak balita di Indonesia telah mengalami perbaikan. Hal ini dapat dilihat antara lain dari penurunan prevalensi gizi buruk pada anak balita dari 5,4% menjadi 4,9% pada tahun 2010. Meskipun terjadi penurunan, tetapi jumlah nominal anak gizi buruk masih relatif besar, oleh karena itu penanganan yang intensif untuk mengatasi hal tersebut. Gizi kurang merupakan penyebab dasar gangguan pertumbuhan anak oleh karena itu, harus dicegah supaya tidak terjadi gangguan pertumbuhan, meskipun gangguan pertumbuhan fisik anak masih dapat diperbaiki di kemudian hari dengan peningkatan asupan gizi yang baik, namun tidak demikian dengan perkembangan kecerdasannya. Fakta-fakta ilmiah lainnya menunjukkan bahwa kekurangan gizi yang dialami ibu hamil yang kemudian berlanjut hingga anak berusia 2 tahun akan mengakibatkan penurunan tingkat kecerdasan anak. Namun, masa ini yang seringkali kurang mendapat perhatian keluarga, baik karena kurangnya pengetahuan maupun informasi tentang pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anak. (Kartula, 2014)

Usia 0-24 bulan merupakan bagian dari seribu hari pertama kehidupan, seperti diketahui bahwa usia dibawah dua tahun merupakan periode kritis (*critical period*) yaitu terjadi optimalisasi proses pertumbuhan dan perkembangan anak. Dalam pertumbuhan dan perkembangan anak memerlukan zat gizi agar pertumbuhan dan perkembangan berjalan dengan baik. Indikator pencapaian dari gerakan seribu hari pertama kehidupan yang akan dievaluasi pada akhir tahun 2025 adalah menurunkan jumlah anak usia dibawah lima tahun yang *stunting* sebesar 9% dan jumlah anak usia dibawah lima tahun yang *wasting*

sebesar 5%. Berdasarkan data riskesdas tahun 2013 pada anak usia dibawah dua tahun prevalensi gizi kurang menunjukkan peningkatan dari 17,9% tahun 2010 menjadi 19,6% pada tahun 2013 (Riskesdas,2013) Berdasarkan data Profil kesehatan Indonesia tahun 2016 di Provinsi Jawa Timur angka gizi buruk pada balita umur 0-59 bulan meningkat dari 1,8% menjadi 3,4%. (Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2015)

Dalam hal ini diperlukan upaya secara menyeluruh untuk menjaga gizi anak sejak dalam kandungan sampai usia dua tahun. Peningkatan peran ibu dalam mendapat informasi mengenai status gizi anak sangat diperlukan, sehingga apabila terjadi kecurigaan adanya gangguan gizi sedini mungkin untuk dideteksi perkembangannya dan segera mendapat penanganan. (Depkes RI,2004)

Bubur tempe merupakan salah satu makanan fermentasi tradisional warisan nenek moyang yang terbukti mempunyai nilai gizi tinggi dan dapat digunakan sebagai sumber protein yang murah. Tempe banyak digunakan sebagai sumber protein masyarakat ditengah sulitnya kondisi perekonomian yang berakibat pada keterbatasan daya beli. Oleh karena itu bubur tempe dapat dijadikan alternative dalam penanganan balita gizi kurang dalam peningkatan berat badan. Selain itu tempe lebih mudah dicerna karena kandungan asam lemak bebas, peptida, dan asam amino yang tinggi.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul Pengaruh Pemberian Bubur Tempe Beras Merah Dan Bubur Tempe Beras Putih Terhadap Peningkatan Berat Badan Baduta Gizi Kurang.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan rancangan one group pre test post test. Besar sampel penelitian ini adalah Balita gizi kurang di Wilayah Kerja Puskesmas Arjasa Kabupaten Jember, dimana jumlah sampel diambil 20 % dari jumlah total populasi dan sampel dibagi 2 kelompok, kelompok 1 dengan perlakuan pemberian bubur tempe beras merah dan kelompok 2 dengan perlakuan pemberian bubur tempe beras putih.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Tabel 1. Pemberian Bubur Tempe Beras Merah Terhadap Peningkatan Berat Badan Baduta Gizi Kurang

BB Sebelum	BB Sesudah	Nilai α
10	10,4	0,007
7,9	7,9	
8,1	8,3	
7,7	7,9	
6,7	6,7	
8,3	8,9	
9,6	10,1	
9,5	10,1	
6	6,1	

Tabel 2. Pemberian Bubur Tempe Beras Putih Terhadap Peningkatan Berat Badan Baduta Gizi Kurang

BB Sebelum	BB Sesudah	Nilai α
6,8	6,2	0,669
7,5	7,7	
7,3	7,1	
8	8,2	
9	9	
9,5	9,5	
9,5	9,6	
8,2	8,5	
10	10,4	

Berdasarkan table 1 dan 2 hasil penelitian diperoleh $\alpha > 0.05$ artinya tidak ada perbedaan berat badan antara sebelum dan sesudah pemberian bubur beras putih maupun beras merah.

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 sebelum perlakuan pemberian beras merah – sebelum perlakuan pemberian beras putih	-.2222	2.0951	.6984	-1.8327	1.3882	-.318	8	.758
Pair 2 sesudah perlakuan pemberian beras merah – sesudah perlakuan pemberian beras putih	.0222	2.4020	.8007	-1.8241	1.8685	.028	8	.979

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa nilai rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok perlakuan bubur beras merah jauh lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok perlakuan pemberian bubur beras putih, artinya bahwa perlakuan bubur tempe beras merah terhadap peningkatan berat badan pada anak dinilai cukup efektif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata peningkatan berat badan Baduta Gizi Kurang yang Diberi Bubur Tempe Beras Merah dengan nilai alpha 0,07 yang berarti ada pengaruh pemberian bubur tempe beras merah.

Dari data di atas menunjukkan bahwa ada perbedaan peningkatan berat badan sebelum dan sesudah pemberian bubur tempe beras merah, namun sebaliknya tidak ada perbedaan peningkatan berat badan sebelum dan sesudah pemberian bubur tempe beras putih. Tidak adanya perbedaan sebelum perlakuan antara kelompok perlakuan bubur tempe beras putih dan bubur tempe beras merah menunjukkan bahwa sampel homogen. Setelah perlakuan, tidak ada perbedaan pengaruh pemberian bubur tempe beras putih dan bubur tempe beras merah. Namun demikian, dapat dilihat bahwa nilai rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok perlakuan bubur beras merah adalah 0,28. Nilai ini jauh lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok perlakuan pemberian bubur beras putih yaitu 0,04, sehingga bisa dinyatakan bahwa perlakuan bubur tempe beras merah terhadap peningkatan berat badan pada anak cukup efektif. Hal ini juga sesuai dengan sumber yang menyatakan bahwa beras merah mempunyai kandungan serat lebih tinggi dibandingkan beras putih. Manfaat dari serat tersebut di antaranya untuk mengganggu penyerapan gula dalam karbohidrat, serta mengganggu penyerapan lemak yang masuk bersama makanan sehingga akan lebih menyehatkan. Selain itu beras merah juga mempunyai kandungan vitamin B1, B6, dan B12 yang tinggi. Sebagaimana diketahui, vitamin B merupakan kunci untuk pembentukan energi bagi tubuh manusia. Untuk itu peneliti berpendapat bahwa bubur tempe beras merah ini cukup efektif dijadikan alternatif bagi baduta gizi kurang dengan keadaan kurang gizi yang disebabkan rendahnya konsumsi energi dan protein dalam makanan sehari-hari yang tidak memenuhi angka kecukupan gizi (AKG). (Erianti, 2012)

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian diperoleh bahwa nilai rata-rata peningkatan berat badan pada kelompok perlakuan bubur beras merah jauh lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata peningkatan berat badan ada kelompok perlakuan pemberian bubur beras putih, artinya bahwa perlakuan bubur tempe beras merah terhadap peningkatan berat badan pada anak dinilai cukup efektif.

SARAN

Saran untuk penelitian selanjutnya diadakan sosialisasi dan penyuluhan bagi masyarakat tentang bubur tempe sebagai salah satu upaya meningkatkan berat badan pada anak. Perlu diadakannya penelitian lebih lanjut dengan alokasi waktu yang lebih lama dengan bahan eksperimen lainnya yang sesuai standart teori ilmu gizi pada balita guna menunjang dan mempertahankan kualitas tumbuh kembang anak balita terutama dengan gizi kurang.

DAFTAR PUSTAKA

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Kementerian Kesehatan RI.

Badan Standarisasi Nasional. 1992. Cara Uji Makanan dan Minuman. SNI 01-2891-1992. Badan Standarisasi Nasional: Jakarta.

Erianti, D. 2012. Pengaruh Penambahan Ubi Jalar Ungu Dan Kacang Hijau Pada Biskuit Terhadap Peningkatan Berat Badan Anak Gizi Kurang Usia 2-5 Tahun Di Kelurahan Pejeruk. Skripsi Jurusan Gizi Poltekkes Mataram: Mataram.

Faizah, D.N. 2012. Substitusi Tepung Tempe Pada Produk Beragi. Skripsi Fakultas Teknik Boga Universitas Negeri Yogyakarta: Yogyakarta.

Muchtadi, D. 1992. Sifat Fungsional Dan Nilai Gizi Tepung Tempe Serta Pengembangan Produk Olahannya Untuk Golongan Rawan Gizi. Laporan Penelitian Institusi Pertanian Bogor: Bogor.

Rohmani, A.S. 2015. Pengaruh Substitusi Tepung Tempe Terhadap Kekerasan, Warna dan Daya Terima Cookies Ubi Jalar Kuning. Skripsi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta: Surakarta.

Tasik, L.Z. 2010. Studi Pembuatan Cookies Dengan Penambahan Tepung Tempe Sebagai Sumber Protein Untuk Camilan Anak-Anak. Skripsi Ilmu Dan Teknologi Pangan Fakultas Pertanian Universitas Hasanudin: Makassar.