

PRAKTIK PEMBERIAN MAKANAN BAYI DAN ANAK (PMBA) UNTUK PERUBAHAN PERILAKU PEMENUHAN ASUPAN GIZI ANAK DALAM UPAYA PENCEGAHAN STUNTING



DODDY IZWARDY
DIREKTUR GIZI MASYARAKAT

Serpong , 14 Nopember 2018





PENDAHULUAN

14 INTERVENSI GIZI BERDAMPAK BESAR MENGURANGI STUNTING SEBESAR 20% APABILA CAKUPANNYA MENCAPAI 90%

I. Intervensi dengan Sasaran Ibu Hamil

1. Memberikan makanan tambahan pada ibu hamil untuk mengatasi kekurangan energi dan protein kronis
2. Mengatasi kekurangan zat besi dan asam folat
3. Mengatasi kekurangan iodium
4. Menanggulangi kecacingan pada ibu hamil
5. Melindungi ibu hamil dari malaria.

II. Intervensi dengan Sasaran Ibu Menyusui dan Anak Usia 0-6 Bulan

1. Mendorong inisiasi menyusui dini (pemberian ASI jolong/colostrum)
2. Mendorong pemberian ASI Eksklusif.

III. Intervensi dengan Sasaran Ibu Menyusui dan Anak Usia 7-23 bulan

1. Mendorong penerusan pemberian ASI hingga usia 23 bulan didampingi oleh pemberian MP-ASI
2. Menyediakan obat cacing
3. Menyediakan suplementasi zink
4. Melakukan fortifikasi zat besi ke dalam makanan
5. Memberikan perlindungan terhadap malaria
6. Memberikan imunisasi lengkap
7. Melakukan pencegahan dan pengobatan diare.

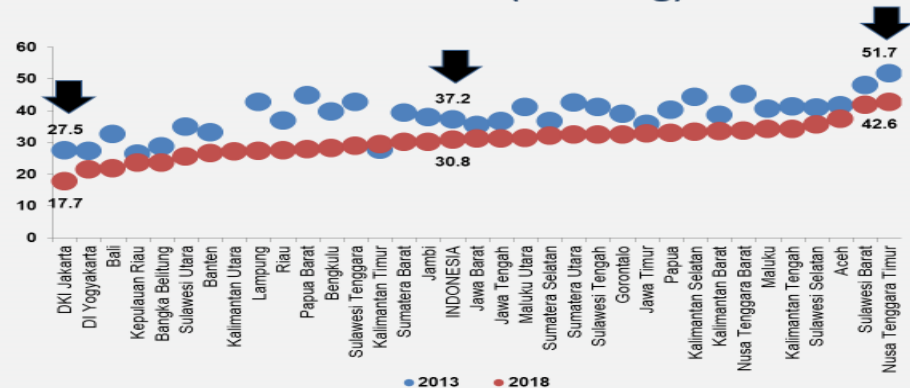


THE LANCET

Serie de *The Lancet* sobre desnutrición materno-infantil
Resumen ejecutivo



Prevalensi Balita Kerdil (Stunting) 2013-2018

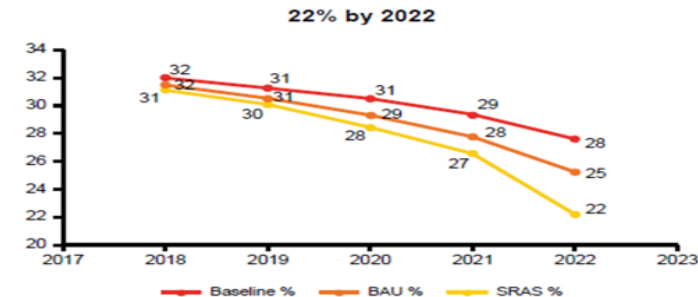


Sumber: Riskesdas 2013-2018, Diolah Balitbangkes

15

TARGET PENURUNAN STUNTING 22% PADA TAHUN 2022

Figure 8: Projections of stunting in Indonesia, 2018-2022.



Baseline refers to a conservative baseline scenario; BAU represents Business as usual or a more realistic scenario; SRAS Stunting represents a more optimistic or accelerated scenario representing the Government's Stunting Reduction Acceleration Strategy.

TUJUAN PENURUNAN PREVALENSI STUNTING 2018 -2022

INTERVENSI GIZI SPESIFIK

INTERVENSI GIZI
SENSITIF

5 PILAR PENANGANAN STUNTING

PILAR 1

Komitmen dan
Visi Pimpinan
Tertinggi Negara

Setwapres/
TNP2K

PILAR 2

Kampanye Nasional
Berfokus pada
pemahaman, perubahan
perilaku, komitmen
politik dan akuntabilitas

Kemen Kominfo
dan Kemenkes

PILAR 3

Konvergensi,
Koordinasi, dan
Konsolidasi Program
Nasional, Daerah,
dan Masyarakat

Bappenas dan
Kemendagri

PILAR 4

Gizi Dan
Ketahanan
Pangan

Kementan dan
Kemenkes

PILAR 5

Pemantauan dan
Evaluasi

Setwapres/
TNP2K

APA PENYEBAB GIZI BURUK DAN STUNTING

Rendahnya akses terhadap **MAKANAN** dari segi jumlah dan kualitas gizi



POLAASUH yang kurang baik terutama pada perilaku dan praktek pemberian makan bayi dan anak



Rendahnya akses terhadap **PELAYANAN KESEHATAN** termasuk akses sanitasi dan air bersih



AKAR MASALAH

Politik, sosial dan budaya

Kemiskinan

Kurangnya pemberdayaan perempuan

Degradasi Lingkungan

KONDISI KONSUMSI MAKANAN IBU HAMIL DAN BALITA TAHUN 2016-2017

1 DARI 5
IBU HAMIL
DI INDONESIA
KURANG GIZI

7 DARI 10
IBU HAMIL
DI INDONESIA MAKAN
KURANG KALORI
DAN PROTEIN

7 DARI 10 BALITA
DI INDONESIA
MAKAN
KURANG KALORI

5 DARI 10 BALITA
DI INDONESIA MAKAN
KURANG PROTEIN



PRINSIP DASAR UMUM PANDUAN KONSUMSI MAKANAN SEHARI-HARI

PEDOMAN GIZI SEIMBANG

- Permenkes No 41 Tahun 2014 -

TUMPENG GIZI SEIMBANG: PANDUAN KONSUMSI SEHARI-HARI



PIRING MAKANKU : PORSI SEKALI MAKAN



PENGERTIAN

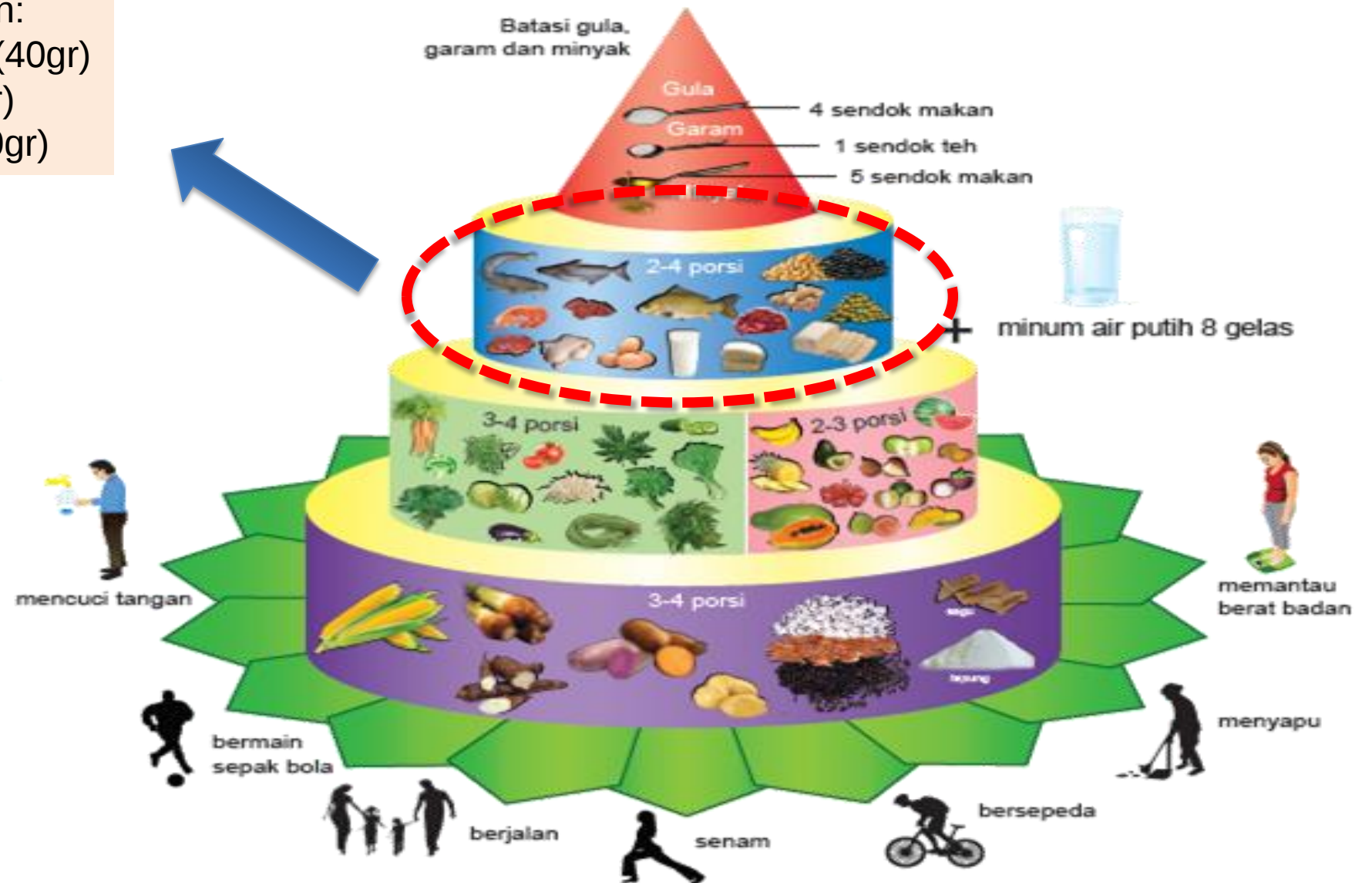
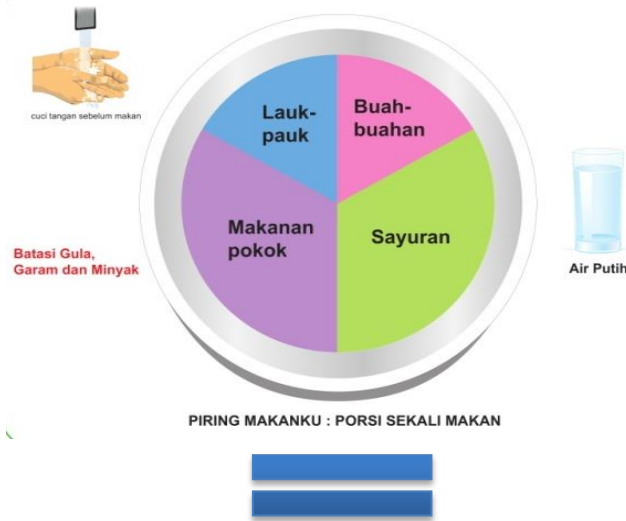
Adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam **jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh**, dengan memperhatikan prinsip **keanekaragaman** atau variasi makanan, **aktivitas fisik**, **kebersihan** dan **berat badan ideal**.

10 PESAN GIZI SEIMBANG

1. Syukuri dan nikmati aneka ragam makanan
2. Banyak makan sayuran dan cukup buah-buahan
3. **Biasakan mengkonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi**
4. Biasakan mengkonsumsi aneka ragam makanan pokok
5. **Batasi konsumsi pangan manis, asin dan berlemak**
6. Biasakan sarapan
7. Biasakan minum air putih yang cukup dan aman
8. Biasakan membaca label pada kemasan pangan
9. Cuci tangan pakai sabun dengan air bersih mengalir
10. **Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan BB Normal**

2-4 porsi setara dengan:

- 1 ptg Sedang Ikan Segar (40gr)
- 1 ptg Kecil Ikan Asin (15gr)
- 1 sdm Ikan Teri Kering (20gr)



**TUMPENG GIZI SEIMBANG
PANDUAN KONSUMSI SEHARI HARI**

KEBUTUHAN

Berdasarkan Studi Diet Total 2014, konsumsi buah hanya memenuhi **48,8%** kebutuhan



MENGANJURKAN KONSUMSI

SAYUR
250 gr/hari

Setara dengan:
2 ½ porsi atau 2 ½
gelas sayur setelah
dimasak dan ditiriskan

BUAH
150 gr/hari

Setara dengan:

- 3 buah pisang ambon ukuran sedang
- 1 ½ potong pepaya ukuran sedang
- 3 buah jeruk ukuran sedang



MENGANJURKAN KONSUMSI

Sayur dan Buah

- 300-400 g/orang/hari bagi anak balita dan anak usia sekolah
- 400-600 g/orang/hari bagi remaja dan orang dewasa

2/3 dari jumlah anjuran adalah porsi sayur
Sumber: Buku PGS

Permenkes No.63 tahun 2015

tentang Perubahan atas Permenkes No.30 tahun 2013 tentang
Pencantuman Informasi Kandungan Gula, Garam dan Lemak untuk
Pangan Olahan dan Pangan Siap Saji

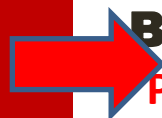
INFORMASI NILAI GIZI (NUTRITION FACTS)		
Takaran Saji (Serving Size)	2.5 g (1 sachet)	
Jumlah Sajian per Kemasan (Serving Size per Container)	100	
JUMLAH PER SAJIAN (AMOUNT PER SERVING)		
Energi Total (Total Calories)	5 kkal	
		%AKG*
Lemak Total (Total Fat)	0 g	0%
Protein	0 g	0%
Karbohidrat Total (Total Carbohydrate)	2 g	1%
Gula (Sugars)	0 g	
Natrium (Sodium)	0 mg	0%
* Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2000 kkal. Kebutuhan energi Anda mungkin lebih tinggi atau lebih rendah.		
* Percent Daily Value are based on 2000 calorie diet. Your daily values maybe higher or lower depending on your calorie diet.		

Pesan Kesehatan :

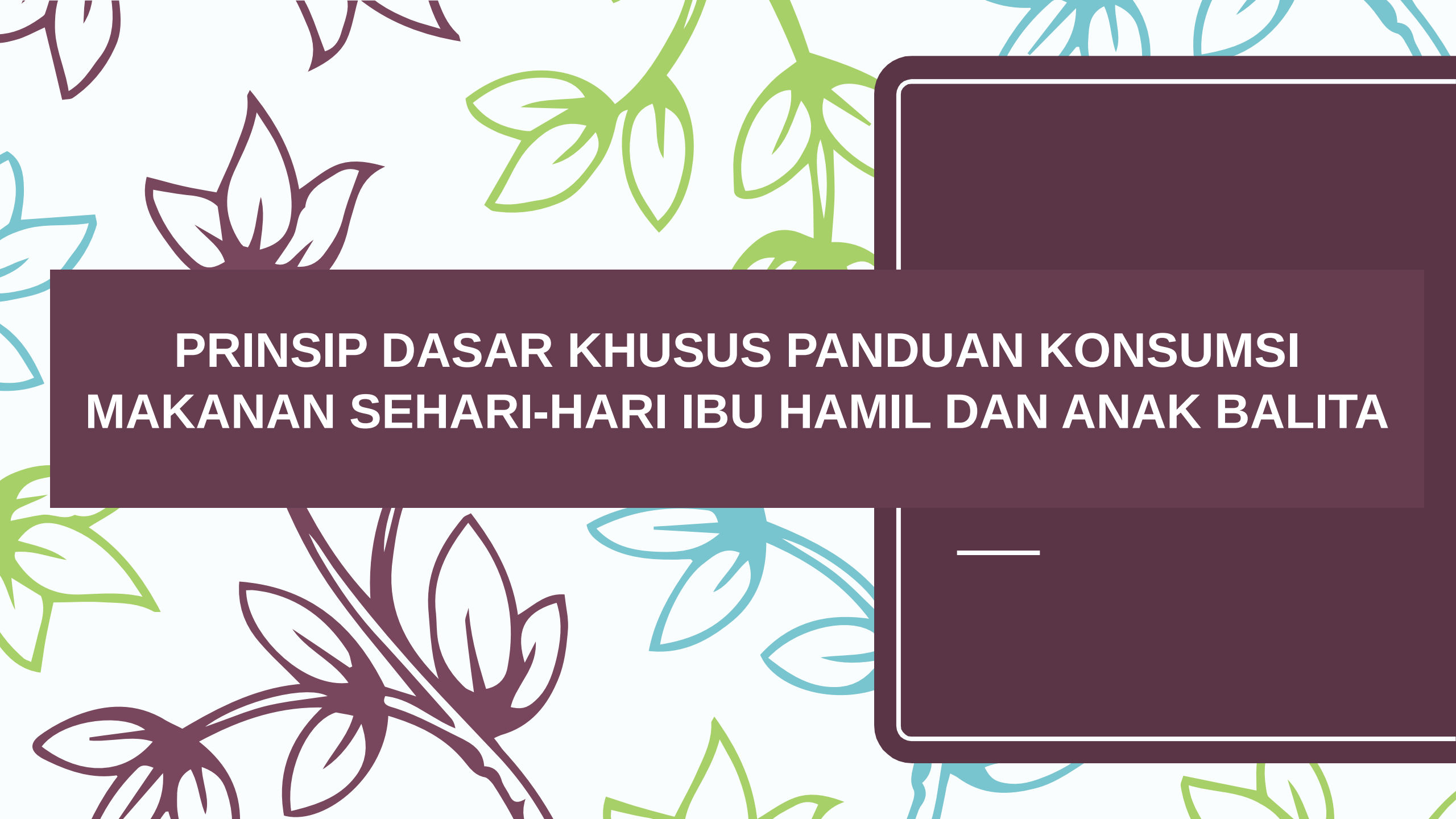
“Konsumsi Gula lebih dari 50 gr, Natrium lebih dari 2000 mg, atau Lemak total lebih dari 67 gr per orang per hari berisiko Hipertensi, Stroke, Diabetes dan Serangan Jantung”

Edukasi dan Pendidikan Kesehatan Masyarakat tentang Diet dan Gizi Seimbang

11/14/2018



**BATAS MAKSIMUM AMAN TERHINDAR DARI RISIKO
PTM KONSUMSI GULA, GARAM DAN LEMAK
PER ORANG PER HARI¹⁰**



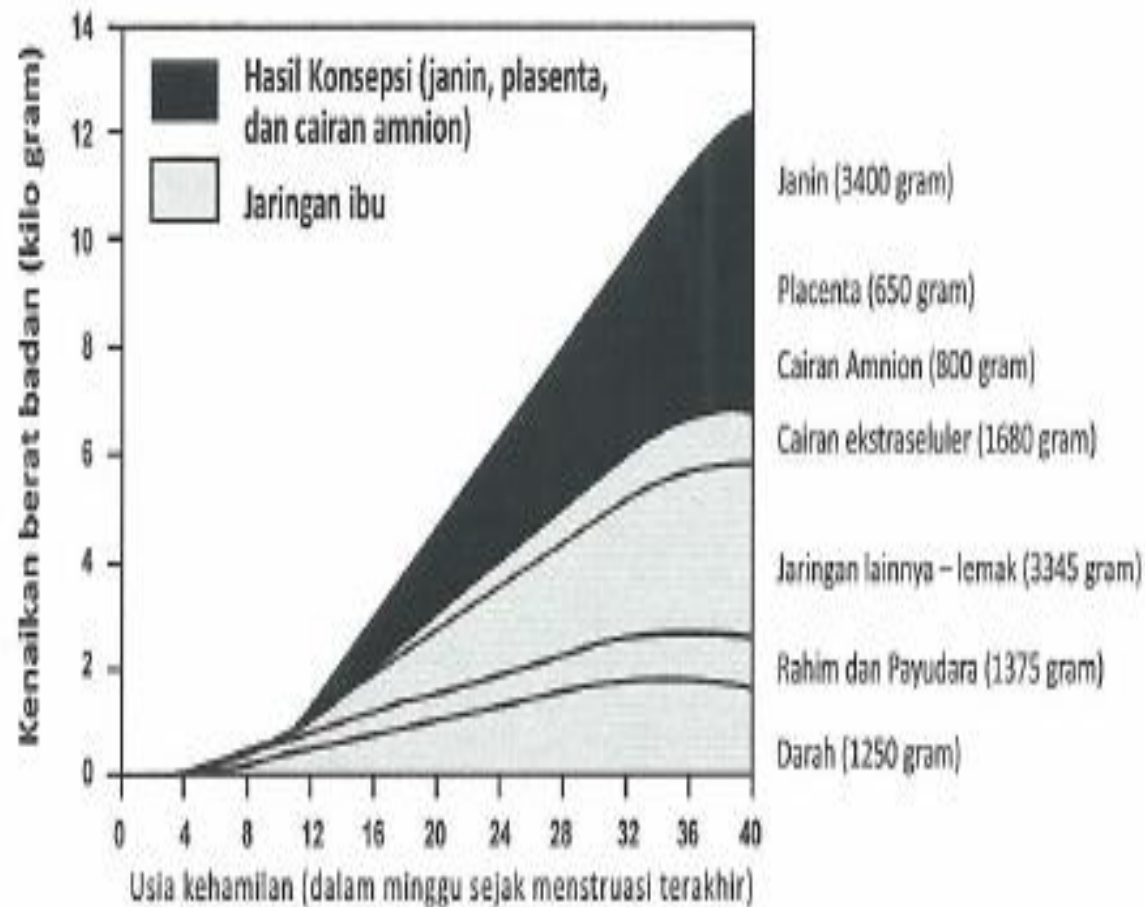
PRINSIP DASAR KHUSUS PANDUAN KONSUMSI MAKANAN SEHARI-HARI IBU HAMIL DAN ANAK BALITA

MEMASTIKAN KESEHATAN YANG BAIK DAN GIZI YANG CUKUP PADA 1000 HARI PERTAMA KEHIDUPAN



KOMPONEN KENAIKAN BERAT BADAN IBU HAMIL (1)

POLA DAN KOMPONEN RATA-RATA KENAIKAN BERAT BADAN SELAMA HAMIL



(Sumber : Nutrition 7th Ed hal. 386)

DISTRIBUSI DAN KOMPONEN DALAM KENAIKAN BB IBU SESUAI KEHAMILAN

Jaringan dan cairan	Peningkatan Berat Kumulatif (gram)			
	10 minggu	20 minggu	30 minggu	40 minggu
Janin	5	300	1500	3400
Plasenta	20	170	430	650
Cairan ketuban	30	350	750	800
Rahim	140	320	600	970
Payudara	45	180	360	405
Darah	100	600	1300	1450
Cairan Ekstraseluler	0	30	80	1480
Cadangan Lemak Tubuh	310	2050	3480	3345
Total	650	4000	8500	12500

(Sumber : William Obstetrics 23rd Ed)

KOMPONEN KENAIKAN BERAT BADAN IBU HAMIL (2)

KENAIKAN BERAT BADAN IBU HAMIL PER TRISEMESTER BERDASARKAN INDEK MASSA TUBUH

No.	IMT pra-hamil	Status Gizi	Kenaikan Berat badan (kg)			Jumlah (kg)
			I	II	III	
1.	< 18,5	KEK	1,5 – 2,0	4,5 – 6,5	6,5 – 9,5	12,5 – 18,0
2.	18,5 – 25	Normal	1,5 – 2,0	4,0 – 6,0	6,0 – 8,0	11,5 – 16,0
3.	> 25 – 29	BB lebih	1,0 – 1,5	2,5 – 4,0	3,5 – 6,0	7,0 – 11,5
4.	> 29	Obes	0,5 – 1,0	2,0 – 4,0	3,5 – 5,0	6,0 – 10,0

(Sumber : William Obstetrics 23rd Ed)



STANDARD MAKANAN BALITA

IMD segera setelah persalinan, skin-to-skin contact, min 1 jam

**ASI Eksklusif
(0-5 bulan)**

**Meneruskan Menyusui
(2 tahun atau lebih)**

**Makanan Pendamping
ASI (6-23 bulan)**

Praktek PMBA secara tepat dan aman pada saat Bencana

MAKANAN PENDAMPING ASI TIDAK HANYA TEKAIT DENGAN KETERSEDIAAN MAKANAN TAPI 6 SYARAT DI BAWAH INI:



Frekuensi	Frekuensi Makan dalam satu hari
Jumlah	Jumlah makanan untuk setiap kali makan
Tekstur	Konsistensi Tepat
Jenis	Jenis Makanan Bervariasi (Seimbang/4*)
Aktif	Pemberian Makan Aktif
Kebersihan	Penyiapan yang bersih

TANTANGAN YANG DIHADAPI

HASIL SURVEI: “Piring Makan” bumil



karbo



karbo + sayur



karbo + protein nabati



karbo + sayur + protein nabati



minus
protein
hewani

GENCARNYA PROMOSI MP ASI



Promosi harga



Display



Materi informasi



Hadiah



Contoh produk



Agen perusahaan



Papan toko



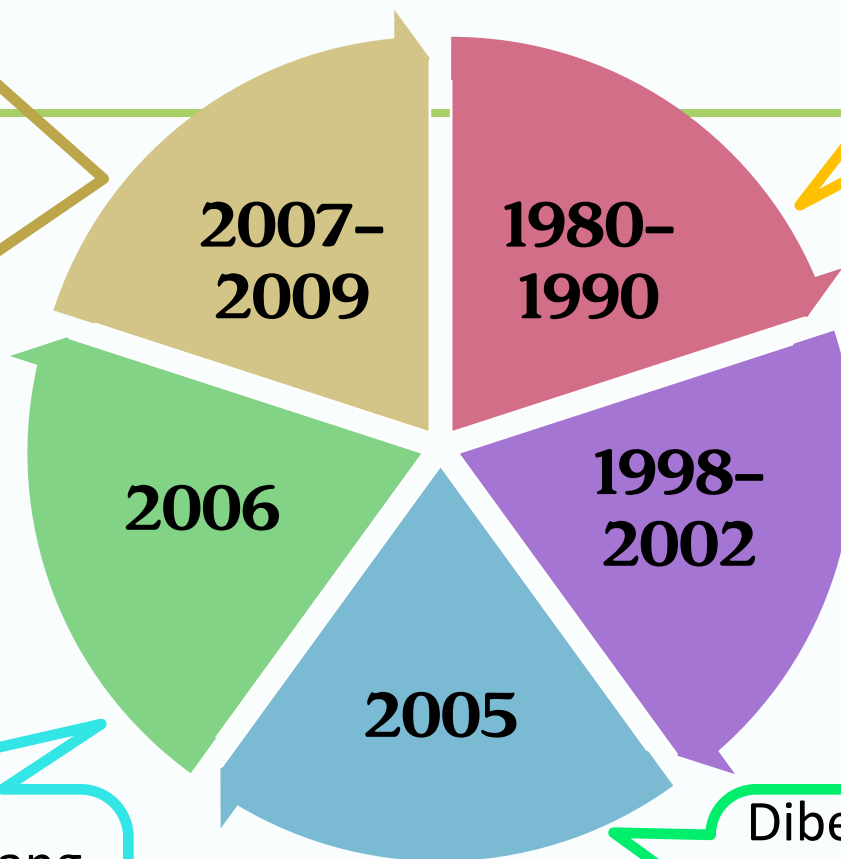
Lainnya

SEJARAH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN

Diberikan dalam bentuk MP-ASI
Pabrikan berdasarkan:

- SK Menkes No: 224/Menkes/SK/II/2007 tentang spesifikasi MP-ASI
- SK Menkes No: 889/Menkes/SK/II/2009 tentang spesifikasi teknis makanan tambahan anak balita 2-5 tahun, anak usia sekolah dasar dan ibu hamil

Diberikan MP-ASI lokal yang dilaksanakan oleh para kader posyandu di lapangan



PMT → dana diberikan secara langsung kepada keluarga

Melalui JPS-BK diberikan MP-ASI pabrikan (6-11 bulan) dan MP-ASI lokal (12-23 bulan)

Diberikan dalam bentuk MP-ASI Pabrikan → tingkat penerimaan sasaran cukup baik, namun miskin pemberdayaan

PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN

PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
NOMOR 51 TAHUN 2016
TENTANG
STANDAR PRODUK SUPLEMENTASI GIZI

Pasal 1

- (1) Untuk memenuhi kecukupan gizi bagi bayi, balita, anak usia sekolah, wanita usia subur, ibu hamil, dan ibu nifas, diberikan suplementasi gizi.
- (2) Suplementasi gizi sebagaimana dimaksud pada ayat (1) merupakan penambahan makanan atau zat gizi yang diberikan dalam bentuk:
- makanan tambahan;
 - tablet tambah darah;
 - kapsul vitamin A; dan
 - bubuk tabur gizi.

- (3) Suplementasi gizi dalam bentuk makanan tambahan sebagaimana dimaksud pada ayat (2) huruf a merupakan makanan tambahan dengan formulasi khusus dan difortifikasi dengan vitamin dan mineral yang diberikan kepada:

- balita 6-59 bulan dengan kategori kurus;
- anak usia sekolah dasar dengan kategori kurus; dan
- ibu hamil kurang energi kronis.

PRIORITAS DIBERIKAN
KEPADA ANAK DENGAN
KATEGORI MASALAH
AKUT SERTA AKUT-
KRONIS DAN AKG
<70%

PRIORITAS DIBERIKAN
KEPADA IBU HAMIL
KEK DAN AKG < 70%

KOMBINASI PEMENUHAN MAKANAN LOKAL DAN PABRIKAN

Makanan LOKAL



Makanan PABRIKAN



KARTU PMT IBU HAMIL

- Komposisi Gizi perbungkus atau 100 gram PMT Ibu Hamil (5 keping biskuit)**
 - Energi : 520 kkal
 - Karbohidrat : 56 gram
 - Protein : 16 gram
 - Lemak : 26 gram
 - Vitamin : 11 macam (A, B1, B2, B3, B5, B6, B9, B12, C, D, E)
 - Mineral : 7 macam (Zat Besi, Kalsium, Selenium, Zink, Natrium, Iodium, Fosfor)
- Konsumsi Perhari**
 - ibu hamil < 3 bulan : 2 keping/hari
 - ibu hamil > 3 bulan : 3 keping/hari
- Paket per orang**
100 gram per hari x 90 hari = 9 kg



Kementerian Kesehatan RI
Tahun 2017





KARTU PMT BALITA

- Komposisi Gizi perbungkus atau 120 gram PMT BALITA (12 keping biskuit)**
 - Energi : 540 kkal
 - Karbohidrat : 71 gram
 - Protein : 9 gram
 - Lemak : 14 gram
 - Vitamin : 11 macam (A, B1, B2, B3, B6, B9, B12, C, D, E, K)
 - Mineral : 8 macam (Zat Besi, Kalsium, Selenium, Zink, Natrium, Iodium, Fosfor, Fluor)
- Konsumsi Perhari**
 - Balita 6 - 11 bulan : 8 keping/hari
 - Balita 12 - 59 bulan : 12 keping/hari
- Paket per orang**
120 gram per hari x 90 hari = 10,8 kg





MAKANAN LOKAL DAN MAKANAN PABRIKAN BAGI IBU HAMIL (SALING MELENGKAPI)

per 100 gram : 155 kalori



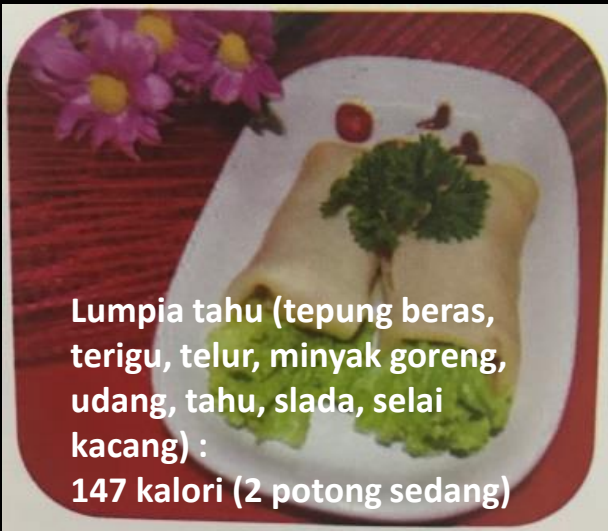
4 butir telur = 3 keping biskuit
atau
4 potong lumpia tahu
untuk mencapai kalori setara
3 keping biskuit



baru setara kalori, bagaimana
dengan zat gizi lainnya terutama
zat gizi mikro?

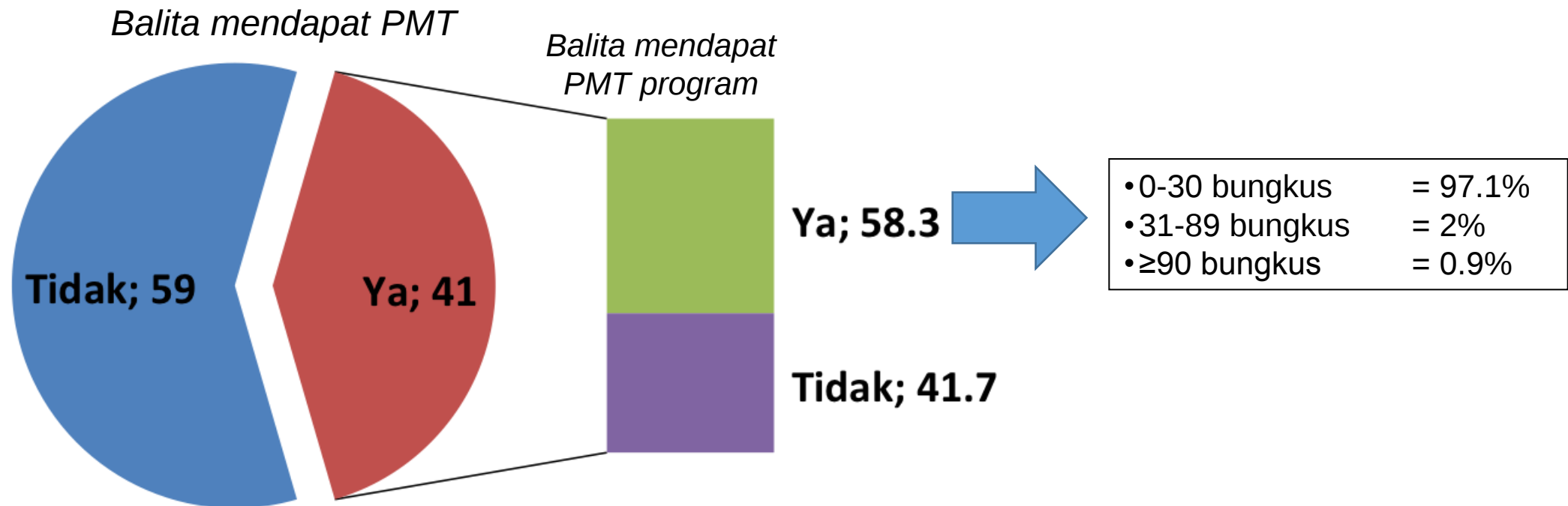
zat gizi makro
dan mikro pada biskuit
PMT telah dihitung sesuai
kebutuhan sehingga
dapat berkontribusi pada
total asupan gizi secara
maksimal

Lumpia tahu (tepung beras,
terigu, telur, minyak goreng,
udang, tahu, slada, selai
kacang) :
147 kalori (2 potong sedang)

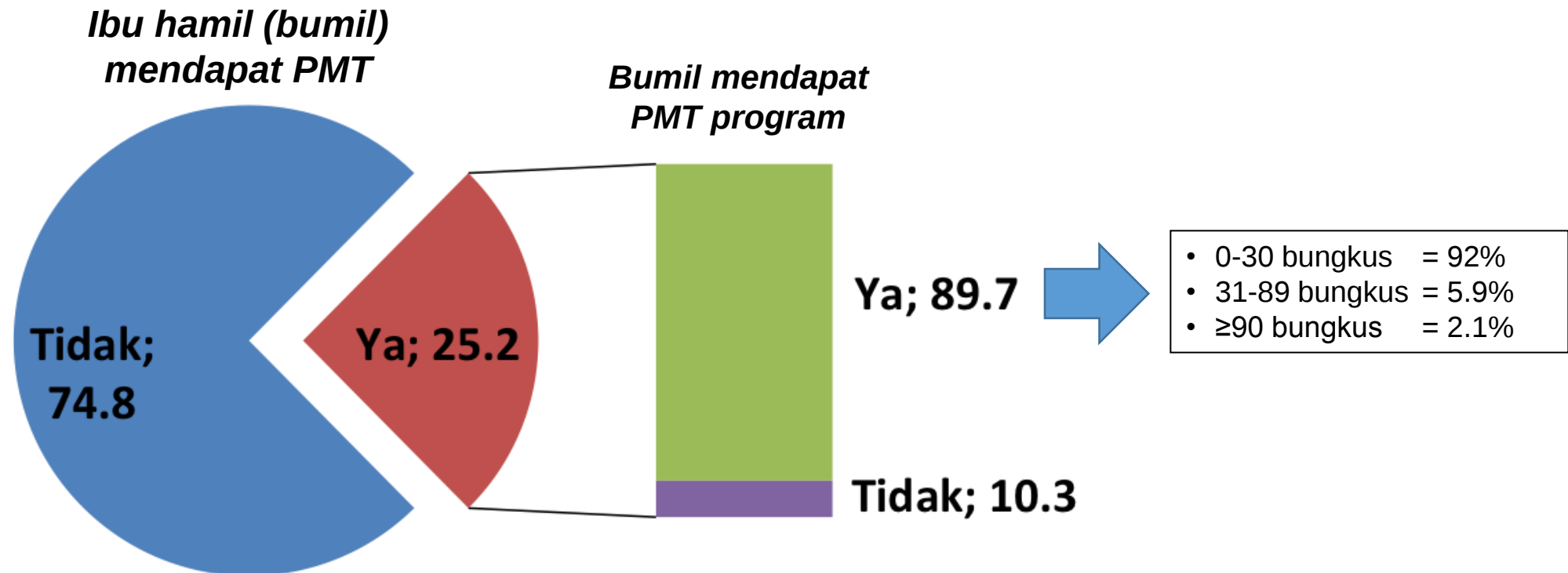


INFORMASI NILAI GIZI			
Takaran Saji	20 g		
Jumlah Sajian per Kemasan	3		
JUMLAH PER SAJIAN		Jumlah Per 100 g	
Energi Total	95 kkal		487,33 kkal
Energi dari lemak	35 kkal		
% AKG			
Lemak Total	4 g	5 %	20,89 g
Asam Linoleat	0,5 g	4 %	2,53 g
Protein	2 g	3 %	10,14 g
Karbohidrat Total	13 g	4 %	
Serat Pangan	1 g	4 %	6,19 g
Gula Total	5 g		
Sukrosa	4 g		18,96 g
Natrium	55 mg	4 %	279,47 mg
Vitamin A (Retinil asetat)		20 %	773,39 mcg
Vitamin D		15 %	11,2 mcg
Vitamin E		20 %	14,62 mg
Vitamin B1 (Thiamin)		10 %	0,81 mg
Vitamin B2 (Riboflavin)		10 %	0,88 mg
Vitamin B3 (Niasin)		10 %	8,35 mg
Vitamin B12 (Kobalamin)		10 %	1,53 mcg
Folat		15 %	411,01 mcg
Vitamin B6 (Piridoksin)		10 %	0,9 mg
Vitamin B5 (Asam Pantotenat)		15 %	4,32 mg
Vitamin C		10 %	44,42 mg
Besi (Ferro fumarat)		6 %	11,42 mg
Kalsium (Kalsium laktat)		4 %	277,53 mg
Seng		15 %	10,41 mg
Iodium (Kalium iodat)		8 %	82,54 mcg
Fosfor		6 %	225,69 mg
Selenium (Sodium selenite)		15 %	29,04 mcg
Fluor		6 %	0,87 mg
Air			2,39 %
*Persen AKG berdasarkan kebutuhan energi 2510 kkal.			
Kebutuhan energi anda mungkin lebih tinggi atau lebih			

PROPORSI PEMBERIAN PMT PADA BALITA 6-59 BULAN, 2018



PROPORSI PMT YANG DIPEROLEH IBU HAMIL, 2018



**PENDIDIKAN GIZI MASYARAKAT UNTUK
PERUBAHAN PERILAKU PEMENUHAN ASUPAN ZAT GIZI
IBU HAMIL DAN ANAK BALITA**

PENDIDIKAN GIZI

Tujuan

Meningkatkan pengetahuan dan kemampuan masyarakat dalam mempersiapkan dan menyediakan makanan lokal sesuai prinsip “gizi seimbang” untuk ibu hamil dan balita dalam upaya membentuk keluarga sehat.

Penyampaian
Pesan Gizi

Materi Gizi Seimbang dan Isi Piringku

Penyuluhan

Demonstrasi

Mempersiapkan dan menyediakan makanan lokal dari proses perencanaan, pembelian bahan makanan, memasak sampai menyajikan



KONSEP PELAKSANAAN

1. Melibatkan organisasi masyarakat yang ada: **Tim Penggerak PKK** di tingkat Kecamatan dan Desa dibawah pengawasan tenaga kesehatan setempat (Puskesmas)
2. Masyarakat menyiapkan makanan lokal mulai dari **pemilihan, mengolah/memasak dan menyajikan** yang sesuai dengan **kebutuhan zat gizi Ibu Hamil dan Balita**

INTI PELAKSANANAAN DI LAPANGAN

Pemberian Makanan tambahan **diberikan di tempat pelaksanaan posyandu, dll**

Tempat memasak dilaksanakan di rumah salah satu warga atau di tempat yang disepakati bersama seperti **posyandu, rumah kader, atau lainnya**

Pelaksanaan PMT ibu hamil dapat **terintegrasi** dengan kelas ibu hamil, dll

Makanan tambahan bagi balita dan ibu hamil **dihidangkan dalam satu piring** yang terdiri dari makanan pokok, lauk pauk (nabati dan hewani), sayuran dan buah disesuaikan dengan usia balita dan ibu hamil

Ibu PKK dan kader Posyandu dibawah bimbingan petugas kesehatan dapat memberikan penyuluhan tentang gizi seimbang, perilaku hidup bersih dan sehat dll

1. Rapat Koordinasi Persiapan



2. Belanja Bahan Makanan



3. Proses Persiapan & Pengolahan



4. Proses Persiapan Penyajian Makanan Lokal

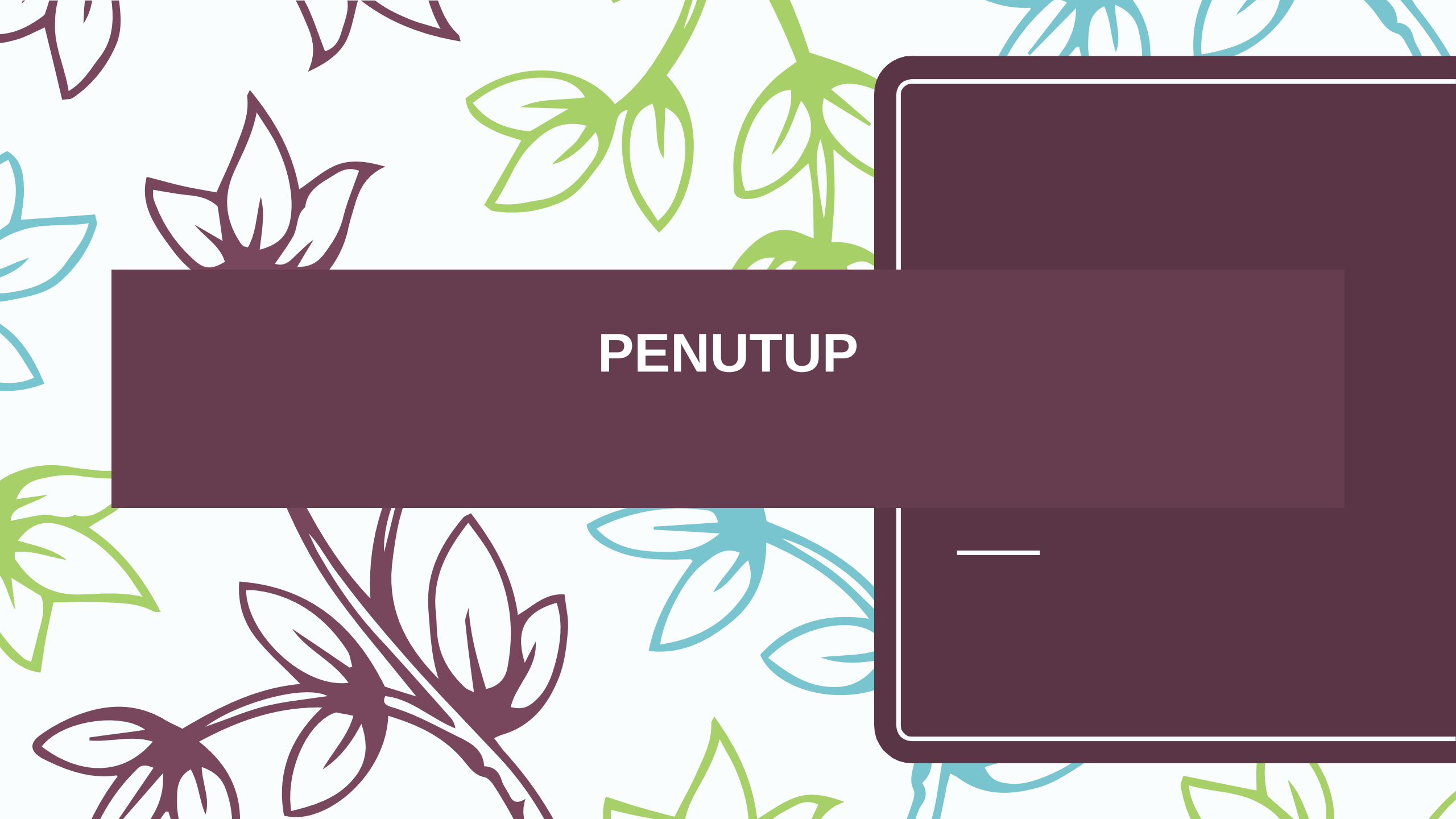


5. Menu Makanan Lokal Untuk Balita, Ibu Hamil



6. Proses Distribusi Makanan Ibu Hamil dan Anak Balita



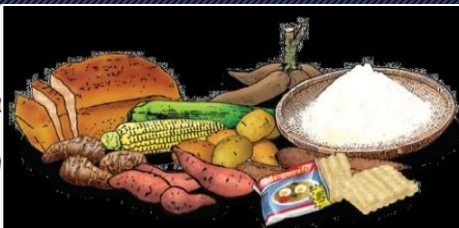


PENUTUP

STRATEGI PEMBERIAN MAKANAN BAYI DAN ANAK (PMBA)



1. Menciptakan lingkungan yang kondusif bagi praktek menyusui melalui **kebijakan dan peraturan perundang- undangan**.
2. Penguatan sarana pelayanan kesehatan dalam menerapkan **10 langkah keberhasilan menyusui**
3. Peningkatan **komitmen dan kapasitas stakeholder** dalam meningkatkan, melindungi dan mendukung pemberian ASI dan MPASI
4. **Pemberdayaan ibu, keluarga dan masyarakat** dalam praktek pemberian ASI dan MP-ASI.



Intervensi Yang Paling Efektif

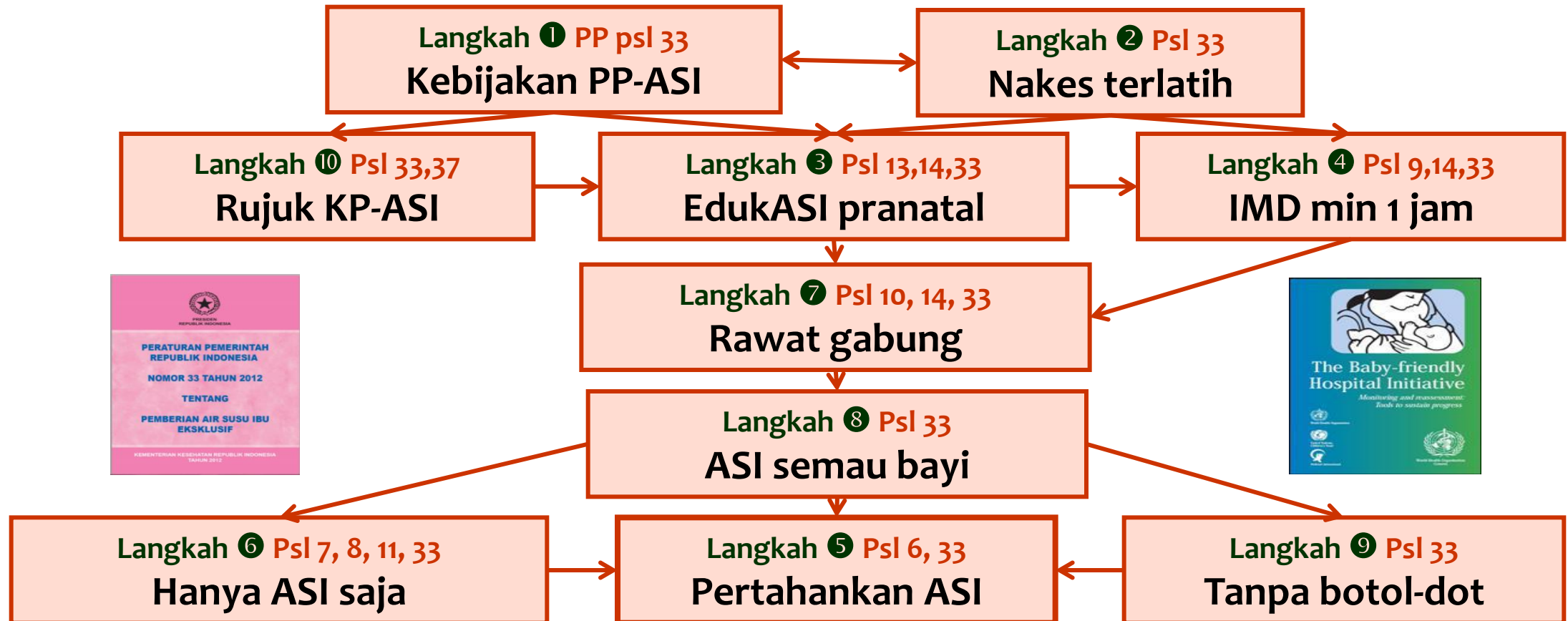
The Lancet, Maternal Child Undernutrition Series,
January 2008 (Bhutta et al.)

	Proportional reduction in deaths before			Relative reduction in prevalence of stunting at			Millions (%) of DALYs averted at
	12 months	24 months	36 months	12 months	24 months	36 months	36 months
99% coverage with balanced energy protein supplementation	3.6%	3.1%	2.9%	1.9%	0.5%	0.3%	7.1 (2.8%)
99% coverage with intermittent preventive treatment	2.4%	2.1%	1.9%	1.4%	0.3%	0.1%	4.8 (1.9%)
99% coverage with multiple micronutrient supplementation in pregnancy	2.0%	1.7%	1.6%	0.9%	0.3%	0.1%	4.0 (1.5%)
99% coverage with breastfeeding promotion and support	11.6%	9.9%	9.1%	0%	0%	0%	21.9 (8.6%)
99% coverage with feeding interventions (promotion of complementary feeding and other supportive strategies)	0%	1.1%	1.5%	19.8%	17.2%	15.0%	5.5 (2.1%)
99% coverage with vitamin A (including neonatal in Asia)	6.9%	7.1%	7.2%	0%	0%	0%	17.6 (6.9%)
99% coverage with zinc supplementation	1.3%	2.8%	3.6%	9.1%	15.5%	17.0%	10.8 (4.2%)
99% coverage with hygiene interventions	0%	0.1%	0.2%	1.9%	2.4%	2.4%	0.7 (0.2%)

- Paling efektif menurunkan kematian : **Breastfeeding counselling**
- Paling efektif menurunkan anak pendek: **Improvement of complementary feeding**

10 LMKM

Sepuluh Langkah Menuju Keberhasilan Menyusui
di Fasilitas Kesehatan Sayang Bayi



PERAN MASYARAKAT UNTUK KEMANDIRIAN KELUARGA



Mendukung ibu hamil untuk mengonsumsi makanan yang sehat dan seimbang dalam jumlah yang cukup.



Membantu ibu hamil untuk memeriksakan kehamilan kepada fasilitas pelayanan kesehatan



Mengingatnkan ibu hamil untuk minum TTD secara teratur setiap hari



Membantu ibu hamil untuk dapat melahirkan di fasilitas kesehatan oleh tenaga kesehatan



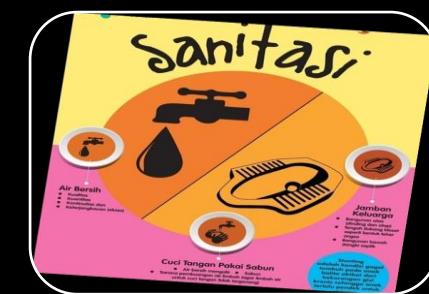
Mendukung pelaksanaan IMD dan pemberian ASI Eksklusif 6 bulan



Berperan aktif dalam pelaksanaan Posyandu dan mengajak ibu hamil,ibu dan anak balita agar datang

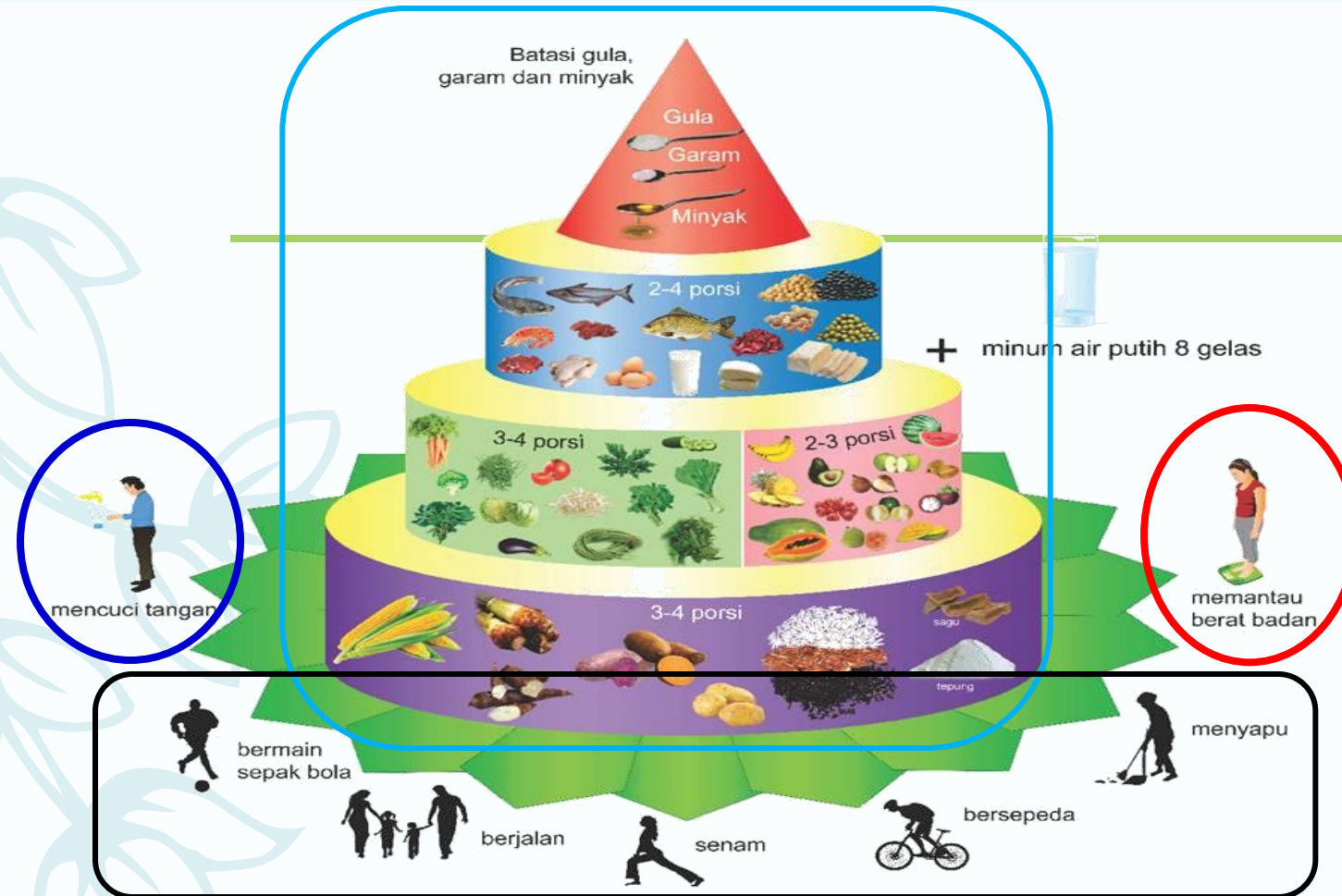


Membantu tenaga kesehatan dalam mendampingi ibu hamil atau penanganan balita gizi kurang.



Ikut mempromosikan dan melaksanakan pola hidup bersih dan sehat di lingkungannya

TERIMA KASIH



TUMPENG GIZI SEIMBANG
PANDUAN KONSUMSI SEHARI HARI