

Tiga Pesan Menkes di Hari Gizi Nasional ke-64

Category: Nasional

written by Maulya | 29/01/2024



[Orinews.id](https://orinews.id) | **Jakarta** – Indonesia akan mencapai usia emas pada 2045. Pada tahun tersebut, Indonesia genap berusia satu abad alias 100 tahun dan ditargetkan telah menjadi negara sejahtera serta maju, setara dengan negara maju lainnya.

Untuk menuju ke arah itu, Menteri Kesehatan (Menkes) Budi Gunadi Sadikin menyebut perlu generasi penerus bangsa yang sehat dan pintar. Karena itu, gizi setiap anak Indonesia harus dipastikan tercukupi.

“Kalau anak-anak kita tidak sehat dan tidak pintar tidak mungkin Indonesia bisa jadi negara maju. Pak Presiden ingin kita menjadi Indonesia emas. Kalau ingin sehat dan pintar,

anak-anaknya tidak boleh kekurangan gizi. Karena kalau kekurangan gizi pasti tidak bisa pintar ketika besarnya,” kata Menkes ketika menghadiri puncak Peringatan Hari Gizi Nasional (HGN) ke-64 yang digelar di Kawasan Monumen Nasional (Monas) Jakarta pada Minggu, 28 Januari 2024.

Agar asupan gizi dan nutrisinya tercukupi, Menkes menyampaikan setidaknya ada 3 langkah penting yang harus dilakukan oleh kader kesehatan di Posyandu selaku garda terdepan dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat

Pertama, Menkes mendorong agar kader kesehatan rutin melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan setiap bulan di Posyandu.

“Kedua, kalau berat dan tinggi badan tidak naik, harus langsung dirujuk ke dokter di puskesmas, untuk lihat ada masalah apa,” kata Menkes.

Ketiga, anak yang mempunyai masalah gizi harus diberikan makanan pendamping ASI kaya protein hewani. Sebab, protein hewani mengandung mikronutrien yang dibutuhkan untuk menunjang perkembangan otak balita.

“Makanannya boleh apa aja, yang penting ada protein hewani bisa telur, ikan, daging, supaya gizinya tidak kurang, supaya anaknya pintar, anaknya sehat,” tutur Menkes.

Direktur Jenderal Pelayanan Kesehatan Maria Endang Sumiwi menambahkan, dalam makanan pendamping ASI, pemberian protein hewani harus cukup. Sebab, saat anak berusia 6 bulan kebutuhan nutrisinya tidak lagi bisa dicukupi dari ASI.

“Kalau bisa dua jenis dan itu setiap kali makan. Kemenkes sudah mengeluarkan banyak pedoman, banyak resep dan tips-tips yang bisa diakses di ayosehat.kemkes.go.id,” kata Dirjen Endang.

Asupan protein hewani, lanjutnya, juga sebaiknya tidak hanya

diberikan saat anak mengonsumsi makanan berat, pada makanan snack pun harus selalu ada protein hewannya.

Dirjen Endang menambahkan, untuk mengetahui efektivitas pemberian protein hewani pada tumbuh kembang anak, orang tua sebaiknya melakukan pemantauan setiap bulan. Apabila berat badan anak tidak naik, segera periksa ke dokter di puskesmas untuk selanjutnya diintervensi sebelum terlambat.

HGN diperingati setiap tanggal 25 Januari setiap tahunnya. Peringatan HGN tahun ini mengusung tema “MP-ASI Kaya Protein Hewani Cegah Stunting” dan slogan ‘MP-ASI Berkualitas untuk Generasi Emas’.

Tujuan dari peringatan Hari Gizi Nasional ke-64 adalah menggaungkan pemberian MPASI kaya protein hewani melalui serangkaian kegiatan di tingkat pusat hingga ke tingkat masyarakat serta melibatkan berbagai pihak baik pemerintah maupun swasta.