



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

615.328  
Ind  
a

# Apa dan Mengapa

*Tentang*

**Taburia**

Panduan Praktis Bagi Kader



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

2020

KEMENKES RI

**Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI**

615.328

Ind  
a

Indonesia. Kementerian Kesehatan RI. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat

**Apa dan mengapa tentang taburia: panduan praktis bagi kader. — Jakarta : Kementerian Kesehatan RI. 2020.**

ISBN 978-602-416-983-1

1. Judul      I. VITAMINS    II. MICRO NUTRIENT  
III. CHILD HEALTH SERVICES    IV. CHILD WELFARE  
V. NUTRIENT    VI. HEALTH MANPOWER



KEMENTERIAN  
KESEHATAN  
REPUBLIK  
INDONESIA

# Apa dan Mengapa

*Tentang*

**Taburia**

**Panduan Praktis Bagi Kader**



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

2020

# APA DAN MENGAPA TENTANG TABURIA PANDUAN PRAKTIS BAGI KADER

Kementerian Kesehatan RI  
Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat  
Direktorat Gizi Masyarakat  
Jakarta, 2020

**Pengarah :**  
Dr. Rr. Dhian Probhoyekti, SKM, MA

**Penanggung Jawab :**  
dr. Inti Mudjiati, MKM

**Tim Penyusun :**  
**FKM-UI** : Endang L. Achadi; **IPB** : Dodik Briawan; **Poltekkes Jkt II** : Marudut S.;  
**Balitbangkes** : Nurfi Afriansyah; **Direktorat Gizi Masyarakat** : Inti Mudjiati;  
Mursalim; Julina; Dakhlan Choeron; Andri Mursita; Evarini Ruslina; Evi Firna;  
Haji Samkani; Marlina Rully Wahyuningrum; Nanda Indah Permatasari;  
Paulina Hutapea; Rian Anggraini; Yosnelli.

**Diterbitkan Oleh :**  
Kementerian Kesehatan RI

**Hak Cipta dilindungi oleh Undang-Undang**  
Dilarang memperbanyak buku ini sebagian atau seluruhnya  
dalam bentuk dan dengan cara apapun juga, baik secara  
mekanis maupun elektronik termasuk fotocopy rekaman dan  
lain-lain tanpa seijin tertulis dari penerbit.

# KATA PENGANTAR

Masa balita adalah masa yang paling penting dalam kehidupan, usia tersebut merupakan periode terbaik dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Pada masa balita diperlukan vitamin dan mineral dalam jumlah yang cukup untuk pertumbuhan fisik, perkembangan otak dan kecerdasan, serta mempertahankan/meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit.

Kekurangan vitamin dan mineral pada masa balita akan mengakibatkan mudah sakit, terhambatnya pertumbuhan, serta terganggu perkembangan otak dan kecerdasannya. Pada kondisi kekurangan vitamin dan mineral tingkat berat, risiko kematian akan meningkat.

Untuk mencegah terjadinya kekurangan vitamin dan mineral pada balita, pemerintah mengembangkan bubuk multi mikronutrien yang disebut Taburia. Taburia terdiri dari 12 vitamin dan 4 mineral yang dapat memenuhi kebutuhan vitamin dan mineral dan diberikan pada balita dengan cara menambahkannya pada makanan utama yang disiapkan di rumah.

Kader berperan penting dalam mendistribusikan Taburia pada sasaran yang tepat, serta menggerakkan orang tua, pengasuh dan keluarga balita untuk menggunakan Taburia secara benar sesuai anjuran. Dalam pelaksanaannya kader memerlukan dukungan dan pembinaan dari kepala desa/lurah dan perangkatnya,

kelompok gizi masyarakat, tokoh masyarakat dan tokoh agama, serta PKK. Selain itu kader juga memerlukan pembinaan dan bimbingan teknis dari tenaga kesehatan dan sektor terkait lainnya.

Buku ini merupakan pegangan bagi kader dalam melaksanakan pemberian Taburia, yang dilaksanakan terpadu dengan kegiatan posyandu dan kegiatan sosial kemasyarakatan lainnya. Semoga buku ini bermanfaat bagi semua pihak.

Jakarta, Agustus 2020

Direktur Gizi Masyarakat,

**Dr. Dhian Probhoyekti Dipo**

# DAFTAR ISI

Kata Pengantar	3
Daftar Isi	5
Apa Itu Taburia ?	6
Apa Manfaat Taburia ?	7
Mengapa Balita Perlu Taburia ?	7
Apa saja multivitamin dan multimineral yang ada dalam Taburia ?	8
Siapakah Sasaran Taburia ?	11
Berapa Jumlah Taburia yang diberikan ?	12
Bagaimana Cara pemberian Taburia ?	12
Hal-hal apa yang perlu diketahui selama mengonsumsi Taburia ?	14
Bagaimana Menentukan Sasaran Taburia ?	14
Bagaimana Cara Mendistribusikan Taburia ?	16
Apa Peran Kader dalam pemberian Taburia ?	17
Apa Peran Orang Tua dan Keluarga dalam pemberian Taburia ?	18
Formulir Pendataan Sasaran (Form 1/Taburia)	19
Distribusi dan Pemantauan Pemberian Taburia Tingkat Posyandu (Form 2 / Taburia)	20

## APA ITU TABURIA ?

Taburia adalah tambahan multivitamin dan mineral untuk memenuhi kebutuhan gizi dan tumbuh kembang balita usia lebih dari 6 bulan.



## APA MANFAAT TABURIA ?

1. Meningkatkan nafsu makan.
2. Mempertahankan/ meningkatkan daya tahan tubuh sehingga tidak mudah sakit.
3. Mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal
4. Mencegah terjadinya anemia (kurang darah) sehingga balita lebih aktif, cerdas dan ceria.

## MENGAPA BALITA PERLU TABURIA ?

1. Taburia membantu untuk mendapatkan zat gizi mikro (vitamin dan mineral) yang penting.
2. Taburia mengandung zat besi dan zat gizi lainnya yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan.
3. Taburia adalah salah satu cara untuk mengatasi masalah anemia (kurang darah).

# APA SAJA MULTIVITAMIN DAN MINERAL YANG ADA DALAM TABURIA ?

Taburia mengandung 12 macam vitamin dan 4 macam mineral yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang balita dan mencegah terjadinya anemia (kurang darah).

Fungsi dari multi vitamin dan mineral dalam Taburia :

## Vitamin

### 1. Vitamin A

Memelihara kesehatan mata, kekebalan tubuh dan meningkatkan pertumbuhan anak.

### 2. Vitamin B1

Meningkatkan nafsu makan, pertumbuhan dan fungsi pencernaan dan saraf.

### 3. Vitamin B2

Memelihara kesehatan kulit, fungsi penglihatan, mencegah pecah-pecah pada sudut bibir dan pertumbuhan.

### 4. Vitamin B3

Meningkatkan nafsu makan, kesehatan kulit dan daya ingat.

### 5. Vitamin B6

Membantu pembentukan sel darah merah, pertumbuhan dan mencegah gangguan fungsi otak.

**Taburia  
mengandung  
multi vitamin  
dan mineral  
yang dapat  
meningkatkan  
nafsu makan  
dan daya  
tahan tubuh**

## 6. Vitamin B12

Meningkatkan nafsu makan, fungsi saraf, pembentukan sel darah merah dan mencegah gangguan mental.

## 7. Vitamin C

Mencegah sariawan dan perdarahan gusi meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit, serta mencegah kelesuan dan kurang darah.

## 8. Vitamin D3

Membantu pertumbuhan tulang dan gigi serta mencegah gangguan gigi rapuh.

## 9. Vitamin E

Membantu pembentukan sel darah merah serta mencegah gangguan bicara dan penglihatan.

## 10. Vitamin K

Membantu pembekuan darah, pembentukan dan perbaikan tulang.

## 11. Folat

Membantu pembentukan sel darah merah serta mencegah penyakit (infeksi) dan kelelahan.

## 12. Asam Pantotenat

Mencegah kelelahan dan mengatasi sulit tidur pada anak.

## Mineral

### 1. Iodium

Membantu pertumbuhan dan perkembangan mental, serta mencegah kretin (anak cebol dan terbelakang mental).

### 2. Seng

Meningkatkan pertumbuhan, fungsi saraf dan otak, serta nafsu makan.

### 3. Selenium

Meningkatkan daya tahan tubuh dan kesehatan.

### 4. Zat Besi

Meningkatkan nafsu makan, dan mencegah anemia (kurang darah) dengan gejala 5 L (Letih, Lemah, Lesu, Lelah dan Lalai).

**Vitamin A** Vitamin B2  
Vitamin B1  
**Vitamin B6** **Vitamin B3** Vitamin B12 Vitamin E  
**Vitamin C** **Vitamin D3**  
**Vitamin K** **Folat** **FE**  
**Zn** **SE** **Iodium**  
**Pantotenat** **INFORMASI NILAI GIZI**

### INFORMASI NILAI GIZI

Takaran saji 1 sachet (1 g)

Jumlah sajian per kemasan 30 sachet

#### JUMLAH PER SAJIAN

Energi Total 0 kkal

Lemak Total	0 g
Protein	0 g
Karbohidrat Total	0 g
Natrium	0 mg

#### Komposisi : % AKG

Vitamin A	417 mcg	94,8%
Vitamin B1	0,5 mg	71,4%
Vitamin B2	0,5 mg	83,3%
Vitamin B3	5 mg	71,4%
Vitamin B6	0,5 mg	83,3%
Vitamin B12	1 mcg	100,0%
Folat	150 mcg	81,1%
Vitamin C	30 mcg	66,7%
Asam pantotenat	3 mg	100,0%
Vitamin D3	5 mcg	100,0%
Vitamin E	6 mg	85,7%
Vitamin K1	20 mcg	111,1%
Iodium	50 mcg	45,5%
Zat besi (Fe)	10 mg	125,0%
Seng (Zn)	5 mg	53,2%
Selenomethionine	20 mcg	105,3%
Maltodextrin	1000 mg	

## SIAPAKAH SASARAN TABURIA ?

Balita dengan berat badan kurang ( $BB/U < - 2SD$ ) diprioritaskan bagi usia 6-23 bulan (baduta).

Taburia tidak boleh diberikan kepada bayi di bawah usia 6 bulan, agar bayi tetap mendapat ASI-Eksklusif

## BERAPAKAH JUMLAH TABURIA YANG DIBERIKAN ?

1. Dalam satu bulan sasaran mendapat Taburia sebanyak 15 saset dan diberikan kepada sasaran selama 4 bulan.
2. Taburia diberikan pada sasaran setiap dua hari sekali sebanyak 1 (satu) saset dan dihabiskan sekaligus pada saat balita makan.
3. Pemberian taburia dihentikan bila balita sudah memiliki berat badan yang baik (Hasil plotting penimbangan berat badan di KMS pada warna hijau).

## BAGAIMANA CARA PEMBERIAN TABURIA ?

1. Cuci tangan terlebih dahulu dengan sabun dan air bersih mengalir.
2. Sobek saset Taburia lalu taburkan pada makanan utama (nasi, bubur, jagung, kentang, ubi, sagu, dll) yang akan dimakan balita saat makan pagi atau makan siang atau makan sore/malam.
3. Ambil sebagian makanan utama untuk ditaburi dengan Taburia, dan berikan makanan yang sudah ditaburi Taburia terlebih dahulu. Hal ini bertujuan agar Taburia dapat dihabiskan pada saat balita tidak dapat menghabiskan makanan utamanya. Makanan yang sudah dicampur Taburia harus segera dimakan dan dihabiskan.



4. Taburia sebaiknya tidak dicampur dengan makanan berair (sayuran berkuah) dan minuman (air, teh, susu) karena akan mengubah warna makanan dan dikhawatirkan sasaran tidak dapat menghabiskan.



5. Taburia tidak boleh dicampur dengan makanan panas, karena akan menimbulkan rasa dan bau yang kurang enak.



Makanan yang telah dicampur Taburia dapat mendukung pemenuhan kebutuhan vitamin dan mineral pada balita

Taburia diprioritaskan diberikan pada balita usia 6-23 bulan (baduta) yang merupakan masa periode emas pertumbuhan dan perkembangan

## HAL-HAL APA YANG PERLU DIKETAHUI SELAMA MENGONSUMSI TABURIA ?

Ada kemungkinan tinja akan berwarna hitam yang disebabkan adanya zat besi pada Taburia, hal ini tidak perlu dikhawatirkan karena tidak membahayakan kesehatan.

Ada kemungkinan terjadi susah buang air besar, hal ini dapat diatasi dengan memberi air minum lebih banyak.

Bila terjadi diare atau gangguan kesehatan lainnya, dianjurkan dirujuk ke Puskesmas atau pelayanan kesehatan terdekat

## BAGAIMANA MENENTUKAN SASARAN TABURIA ?

### *Cara memperoleh data sasaran*

Data sasaran dapat diperoleh dari hasil pemantauan pertumbuhan di posyandu setiap bulan.

### *Cara menghitung sasaran*

Semua balita dengan Berat Badan Kurang (BB/U <-2 SD) diprioritaskan bagi usia 6-23 bulan (baduta)

### *Cara menghitung kebutuhan Taburia setiap bulan*

Jumlah sasaran dikalikan kebutuhan Taburia per bulan. Kebutuhan Taburia setiap balita per bulan adalah 15 saset.

Hasil perhitungan kebutuhan di atas ditambahkan 10% sebagai cadangan apabila sasaran melebihi dari perhitungan atau adanya tambahan sasaran baru.

**Contoh menghitung kebutuhan *Taburia* dalam satu bulan :**

Jumlah sasaran balita yang mendapat *Taburia* = 120 balita

Kebutuhan *Taburia* dalam 1 bulan =  $120 \times 15$  saset = 1.800 saset

$$\begin{aligned}\text{Total kebutuhan } \textcolor{red}{\text{Taburia}} \text{ dalam 1 bulan} &= 1.800 + (10\% \times 1.800) \\ &= 1.800 + 180 \\ &= 1.980 \text{ saset}\end{aligned}$$

Jadi total kebutuhan *Taburia* dalam satu bulan adalah 1.980 saset

Hasil perhitungan kebutuhan keseluruhan *Taburia* disampaikan kepada Puskesmas dengan menggunakan formulir permintaan kebutuhan *Taburia* untuk keperluan satu bulan pemberian.

**Contoh Formulir Permintaan *Taburia*:**

Nama Posyandu	:	Cempaka
Bulan	:	September 2020
Jumlah sasaran taburia	:	120 balita
Jumlah kebutuhan Stok	:	1.980 saset
Taburia yang ada	:	80 saset
Kebutuhan bulan Sep 2020	:	$1.980 - 80 = 1.900$ saset

Nama Kader : .....

## BAGAIMANA CARA MENDISTRIBUSIKAN TABURIA ?

Kader membagikan Taburia di Posyandu setiap hari buka Posyandu.

*Jika karena sesuatu hal orang tua/keluarga tidak bisa membawa balita ke Posyandu, dimana Taburia diambil ?*  
Keluarga sasaran bisa mengambil Taburia di rumah kader.

*Bagaimana cara menyimpan Taburia di rumah ?*

- Simpan Taburia dalam wadah tertutup (kotak, toples) yang bersih, higienis, kering, tidak lembab dan aman dari serangga, tikus, kecoa, cecak, semut, dll.
- Jauhkan dari jangkauan anak-anak.
- Hindari terkena paparan sinar matahari secara langsung.
- Perhatikan tanggal kadaluarsa.

Taburia dinyatakan rusak apabila bungkus berlubang/ sobek, berubah warna atau isinya menggumpal

Bila ditemukan Taburia rusak, segera laporan kepada petugas kesehatan, jangan diberikan kepada balita

## APA PERAN KADER DALAM PEMBERIAN TABURIA ?

Peran kader adalah sebagai berikut :

1. Mendata sasaran di masing-masing kelompok Dasawisma/Posyandu.
2. Menetapkan sasaran penerima Taburia Bersama petugas kesehatan.
3. Menghitung kebutuhan Taburia keseluruhan setiap bulan di masing-masing posyandu.
4. Menyampaikan usulan kebutuhan Taburia ke petugas puskesmas di posyandu.
5. Apabila petugas berhalangan hadir di posyandu, kader diimbau untuk menyampaikan usulan ke puskesmas.
6. Membagikan Taburia kepada sasaran pada saat hari buka posyandu.
7. Menyuluh keluarga sasaran untuk memahami manfaat dan memberikan Taburia kepada balitanya.
8. Menggerakkan ibu/keluarga sasaran untuk mau datang ke posyandu setiap bulan untuk memantau pertumbuhannya dan mendapatkan Taburia.
9. Mencatat sasaran yang mendapat Taburia (Form F1/ Taburia) serta mencatat distribusi dan pemantauan pemberian Taburia (Form F2/Taburia) terlampir
10. Menjelaskan kepada orang tua, pengasuh atau keluarga yang memiliki keluhan dalam penggunaan Taburia, dan menanyakan kepada petugas bila diperlukan.
11. Menyimpan dan memberikan Taburia untuk sasaran yang tidak datang ke posyandu pada saat pemberian Taburia.

## APA PERAN ORANG TUA DAN KELUARGA DALAM PEMBERIAN TABURIA ?

Peran orang tua, keluarga dan pengasuh dalam pemberian Taburia adalah sebagai berikut:

1. Mengambil Taburia di posyandu pada saat hari buka posyandu, jika berhalangan dapat mengambil Taburia di rumah kader.
2. Memeriksa masa kadaluarsa dan kondisi kemasan dari Taburia.
3. Menaburkan/mencampurkan satu bungkus Taburia pada makanan pokok dan diberikan saat makan pagi/makan siang/makan sore 2 hari sekali
4. Memastikan makanan yang telah ditaburi Taburia dimakan habis.
5. Mencatat berapa bungkus Taburia yang diberikan dan berapa bungkus Taburia yang tersisa serta melaporkan pada kader saat penimbangan di Posyandu.
6. Menanyakan kepada petugas jika terjadi keluhan pada penggunaan Taburia.

## FORMULIR PENDATAAN SASARAN

Posyandu : .....  
Dasa Wisma : .....  
RT/RW : .....  
Desa/Kelurahan : .....  
Kecamatan : .....  
Bulan : .....

DISTRIBUSI DAN PEMANTAUAN PEMBERIAN TABURIA

TINGKAT POSYANDU

Bulan : ..... Tahun : .....

Posyandu

Jumlah Balita (S)

Desa/Kelurahan

Kecamatan

## Keterangan:

\*) : diisi dengan angka  
\*\*) : diisi alasan Taburia

## Mengetahui :

Ketua Posyandu.....

....., tanggal/bulan/tahun

Pelapor,

(.....)

KEMENKES RI

ISBN 978-602-416-983-1



9 786024 169831