



EDUKASI KESEHATAN TENTANG KERAGAMAN PANGAN PADA PENDAMPING BALITA DI POSYANDU DESA BANGKOK KECAMATAN GURAH KABUPATEN KEDIRI

Oleh

Lia Agustin¹, Dian Rahmawati², Nining Istighosah³, Aprilia Nurtika Sari⁴, Widya Kusumawati⁵, Yunda Dwi Jayanti⁶, Suherni⁷

^{1,2,3,4,5,6}Dosen Akademi Kebidanan Dharma Husada Kediri

⁷Mahasiswa Akademi Kebidanan Dharma Husada Kediri

Email: ¹liaagustin77.la@gmail.com, ²lintangkayana31@gmail.com,

³dealovanining@gmail.com, ⁴aprilia.ns0486@gmail.com,

⁵widya.koesoemawati@gmail.com, ⁶yunda.dj@gmail.com

Article History:

Received: 01-08-2021

Revised: 16-09-2021

Accepted: 28-09-2021

Keywords:

Edukasi Kesehatan,
Keragaman Pangan, Balita

Abstract: *Pertumbuhan dan perkembangan anak balita merupakan indikator status gizi bangsa. Kekurangan gizi pada balita akan berdampak panjang pada balita salah satunya resiko kecacatan, bahkan sampai dengan kematian. Asupan gizi balita dapat dipenuhi oleh keragaman pangan. Upaya yang dilakukan yaitu memberi edukasi kepada masyarakat, fokus penyelenggaraan di kegiatan posyandu di desa Gurah. Hasil dari recall di dapatkan persentase dari 100 balita dengan keragaman pangan yang tinggi yaitu 4%, sedang 16 %, rendah 5%. Keberhasilan dari kegiatan ini yaitu antusias peserta dilihat dari banyaknya pertanyaan yang masuk, menanggapi materi yang diberikan, keseriusan dan juga keaktifan peserta melakukan kunjungan ke posyandu untuk memataui status gizi balitanya.*

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan salah satu indikator utama penentuan status gizi bagi Negara. Hasil Status gizi balita berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia, Kemenkes RI Persentase balita sangat pendek dari tahun 2016 sampai dengan 2018 mengalami peningkatan yaitu pada tahun 2016 diperoleh data 8,57%, tahun 2017 diperoleh data 9,8 % dan pada tahun 2018 meningkat menjadi 11,5 %. (Statistika 2018)

Dari data WHO Indonesia memiliki masalah gizi kronik dan akut (Indonesia 2018). Asupan gizi dan penyakit infeksi merupakan dua penyebab utama status gizi balita (UNICEF 2019). Asupan gizi yang masuk kedalam tubuh seseorang ini terkait dengan konsumsi makanan yang beragam. Semakin beragam jenis makanan berdasarkan fungsi makanan tersebut akan memperkuat system kekebalan tubuh, dan membantu menyeimbangkan fungsi organ tubuh (Fauziah 2016).

Keragaman pangan dapat diukur dengan *individual Dietary Diversity Score (DDS)*. Menurut FAO tidak ada satu jenis makanan yang mengandung keseluruhan nutrisi yang dibutuhkan tubuh. (FAO 2011). Di Indonesia terjadi pergeseran pola hidup terutama pada konsumsi makanan menurut penelitian oleh Ruel tahun 2004 masyarakat lebih banyak



mengonsumsi makanan pokok seperti sereal, lebih banyak mengonsumsi makanan yang banyak mengandung karbohidrat, sedangkan pada tahun 2014 dilakukan Kemenkes RI menyebut masyarakat Indonesia lebih banyak mengonsumsi tinggi lemak dan energi daripada serat. (Indonesia 2018)

Keragaman pangan merupakan cara diet keluarga yang berkualitas dan mencerminkan akses keluarga terhadap ketersediaan macam – macam makanan, serta meningkatkan kesehatan keluarga (FAO 2011), (Muslimatun 2016)

Data demografi dan survey kesehatan Indonesia tahun 2012, praktik pemberian makan pada bayi dan balita antara anak-anak usia 6-23 bulan menunjukkan 54,2% mengonsumsi daging/ikan/ayam, 48,3% mengonsumsi telur dan 8,8% mengonsumsi susu. (Statistik 2013) Dalam hal keragaman pangan, 58,2% anak-anak mengonsumsi ≥ 4 kelompok pangan. Kelompok rawan seperti bayi, balita dan anak yang sedang dalam masa pertumbuhan serta ibu hamil dan ibu menyusui membutuhkan protein dalam jumlah besar sehingga kebutuhan juga meningkat (DEPOK 2010)

Kebutuhan Zat gizi mikro dapat diperoleh dari keragaman pangan yang dikonsumsi balita, terutama dari jenis sayur dan buah. Balita sangat dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang beragam dengan jumlah porsi yang sesuai dengan gizi seimbang. (Priawantriputri 2020)

METODE

Kegiatan ini dilakukan pada bulan Agustus tahun 2020 di posyandu di wilayah desa Bangkok Kecamatan Gurah Kabupate Kediri. Sasarannya adalah kader dan juga pendamping balita pada saat posyandu dilaksanakan. Dari 3 posyandu terdapat 15 kader dan 100 pendamping balita Keragaman pangan diukur dengan cara *recall* / wawancara dengan pendamping balita, sedangkan status gizi dilihat dari hasil pengukuran oleh kader dari aspek TB/U. Metode yang dilakukan adalah menggunakan cara edukasi secara persuasif kepada sasaran. Materi tersebut diberikan secara santai dan bersahabat. Teknisnya materi disampaikan secara bergantian, dan peserta langsung diberi kesempatan bertanya.

HASIL

Materi yang telah diberikan meliputi, pengertian tentang keragaman pangan, jenis – jenis pangan, manfaat bagi tubuh, cara memperoleh, dan pemantauan tumbuh kembang anak. Setelah penyampaian materi dan diskusi secara langsung pada saat materi diberikan, kemudian tim melakukan evaluasi kepada sasaran. Evaluasi dilakukan dengan seperti kuis. Bagi yang menjawab benar akan diberi hadiah / souvenir. Evaluasi juga di lihat dari hasil penimbangan balita. Bagi balita dengan status gizi kurang dilihat dari aspek TB/U, maka dari tim akan menyumbangkan makanan pendamping / makanan tambahan kepada sasaran supaya mereka giat untuk melakukan pemantauan tumbuh kembang anak. Hasil dari *recall* di dapatkan persentase dari 100 balita dengan keragaman pangan yang tinggi yaitu 4%, sedang 16 %, rendah 5%. Dan dari hasil ukur tinggi badan per usia diperoleh balita dengan stunting 50%.

DISKUSI

Selama kegiatan berlangsung peserta dikondisikan oleh tim untuk aktif. Motivasi dan juga stimulasi selalu diberikan untuk menumbuhkan antusias dari peserta. Pada kegiatan ini



tim memulai dengan beberapa tahapan.

1. Memilih pokok bahasan yang viral dimasyarakat
2. Membatasi pokok bahasan yang dibicarakan guna untuk menyempitkan topik supaya topic lebih menarik dibahas
3. Melakukan apresepsi terhadap peserta.
4. Menyampaikan materi
5. Diskusi
6. Memberikan reward
7. Kesimpulan
8. Evaluasi tumbang

KESIMPULAN

Berdasarkan evaluasi terhadap kegiatan yang dilakukan, bias dikatakan cukup berhasil. Indikator keberhasilan ini meliputi:

1. Antusias peserta dilihat dari banyaknya pertanyaan yang masuk, menanggapi materi yang diberikan
2. Keseriusan peserta mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari awal hingga akhir
3. Keaktifan peserta untuk melakukan kunjungan ke posyandu guna melakukan penimbangan dan ukur badan untuk memantau status gizi balitanya.

Selain point keberhasilan, ada kelemahan yang dihadapi oleh tim yaitu beragamnya tingkat pendidikan, satus ekonomi, serta usia para pendamping balita yang datang. Pendamping balita disini kebanyakan adalah orang tua dari balita tersebut ada juga yang sebagai pengasuh disini ada nenek dan rewang (dalam bahasa jawa) orang yang diberi kepercayaan untuk mengasuh anak ketika orang tua bekerja. Sementara tingkat pendidikan juga beragam mulai dari SD,SMP, SMA dan lulus Perguruan tinggi. Kesulitan bagi peserta dengan status ekonomi yang kurang dari UMR untuk menyediakan keragaman pangan dirumah karena status pekerjaan ada yang sebagai petani, buruh dan kerja serabutan. Dilihat kari kelompok usia memang beragam karena yang hadir ada neneknya yang sudah berusia 70 tahunan.

PENGAKUAN

Ucapan Terima Kasih kepada pihak yang telah mendukung kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari:

1. Direktur Akademi Kebidanan Dharma Husada Kediri
2. Kepala Desa Bangkok Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri
3. Bidan Desa Bangkok Kecamatan Gurah Kabupate Kediri
4. Kader Posyandu Desa Bangkok Kecamatan Gurah Kabupaten Kediri

REFERENSI

- [1] DEPOK, FKM UI. *Gizi Dan Kesehatan Masyarkat*. 2010.
- [2] FAO. *Guidelines For Measuring Houshold And Individual Dietary Diversity*. EC-FAO, 2011.
- [3] Fauziah, Shifa, Dina Rahayunig, Laksmi Widajanti,. "Hubungan Keberagaman Jenis Makanan Dan Kecukupan Gizi Dengan Indeks Massa Tubuh(IMT) Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang Tahun 2016." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2016: 233 - 242.



-
- [4] Indonesia, Kementrian Kesehatan RI. "Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017." In *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017*, by Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 496. Jakarta, 2018.
- [5] Muslimatun, Siti dan Luh Ade Wiradnyani. "Dietary diversity, animal source food consumption and linear growth among children aged 1–5 years in Bandung, Indonesia: a longitudinal observational study." *British Journal of Nutrition*, 2016.
- [6] Statistik, Badan Pusat. *Statistik Indonesia 2013 Statistik Yearbook of Infonesia 2013*. BPS - Statistik Indonesia, 2013.
- [7] Statistika, Badan Pusat. "Badan Pusat Statistika." 2018.
- [8] UNICEF. *Children, food and nutrition growing well in a changing world*. 2019.