

Pemantauan Gizi Baik dengan Produk Farmasi dan Pembuatan Kartu Menuju Sehat

Dyani Primasari Sukamdi¹, Pramitha Esha Nirmala Dewi², Mega Octavia³, Anindhita Syahbi Syagata⁴, Inayati Murwani Rahayu⁵, Tyas Fabandari Dewi Hapsari⁶

^{1,2,3,5} Universitas Muhammadiyah Yogyakarta,

Jalan Brawijaya, Geblagan, Tamantirto, Bantul, DIY 55183, Indonesia, Telepon (0274) 387656 Fax. (0274) 387646,

email: dyani.primasaris@umy.ac.id, pramithaesha@umy.ac.id, megaoctavia@umy.ac.id, tyas.f.fkik19@mail.umy.ac.id,

anindhita.s.syagata@unisayogya.ac.id, ina.spsi@gmail.comangka

⁴ Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Jalan Ring Road Barat 63 Mlangi Nogotirto, Gamping, Sleman, DIY 55292, Telepon (0274) 4469199 Fac. (0274)

6TK Al Fatah, Sedan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, DIY 55581

Komplek Al Fatah, Sedan, Sariharjo, Sleman, DI Yogyakarta.

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.53.1091>

Abstrak

Pemeliharaan kesehatan anak dapat dimulai dari keluarga dan sekolah. Pemantauan gizi dan pemantauan tumbuh kembang anak menjadi hal krusial untuk dilakukan oleh orang tua dan pihak sekolah. Salah satu masalah dalam pemenuhan gizi anak dan pemantauan tumbuh kembangnya adalah keterbaruan informasi. Program pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk membantu orang tua dan pihak sekolah dalam memecahkan masalah tersebut. Metode yang dilakukan adalah memberikan penyuluhan kepada orang tua/wali murid dan guru TK Al Fatah Sedan dengan topik "Suplementasi dan Gizi pada Balita" dan "Pemantauan Gizi Anak Usia 2-6 Tahun". Kedua topik berisi tentang cara pemberian gizi dan pemantauan perkembangan pertumbuhan yang baik untuk anak usia 2-6 tahun. Sebelum dan setelah penyuluhan, dilakukan pengambilan data mengenai pemahaman/ pengetahuan 28 orang peserta. Data dianalisis dengan metode Wilcoxon untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan hasil yang diperoleh antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada peserta penyuluhan. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat adanya pengaruh penggunaan strategi edukasi mengenai penggunaan suplemen farmasi dan pemantauan gizi anak terhadap peningkatan pengetahuan peserta pengabdian masyarakat pada materi tersebut.

Kata kunci: gizi anak, kartu menuju sehat, suplemen

Abstract

Children's health care can be started from the family and school. Monitoring nutrition and monitoring the growth and development of children is crucial for parents and schools to do. One of the problems in fulfilling children's nutrition and monitoring their growth and development is the update of information. This community service program is carried out to help parents and the school in solving these problems. The method used is to provide counseling to parents, guardians of students and teachers of Al Fatah Sedan Kindergarten with the topics "Supplementation and Nutrition in Toddlers" and "Nutrition Monitoring of Children aged 2-6 Years". Both topics cover how to provide good nutrition and monitor growth development for children aged 2-6 years. Before and after the counseling, data was collected on the understanding/knowledge of 28 participants. The data were analyzed using the Wilcoxon method to find out whether there were differences in the results obtained before and after the treatment was given to the counseling participants. The results of the analysis show that there is an effect of using educational strategies regarding the use of pharmaceutical supplements and monitoring of children's nutrition on increasing the knowledge of community service participants on these topics.

Keyword: child nutrition, card towards health, supplements

Pendahuluan

Pusat pendidikan anak-anak menjadikan TK Al Fatah wajib bergerak memenuhi kebutuhan siswanya. Selain edukasi, kebutuhan fisik siswa juga menjadi perhatian utama. Masa anak-anak menjadi *milestone* terbaik bagi pertumbuhan fisik manusia [1]. Kebutuhan asupan gizi menjadi salah satu komponen utamanya, tetapi tidak semua orang tua paham akan kebutuhan gizi anak-anak tersebut. Pemantauan yang kurang rapi dan baik menjadi kendala utamanya [2]. Faktor pengetahuan orang tua menjadi andil utama dalam permasalahan ini. *Update* wawasan terhadap gizi anak dan cara menggunakan suplemen gizi dengan produk farmasi perlu dilakukan [3][4].

Selain pengetahuan yang harus dilakukan keterbaruan, orang tua murid juga perlu dibekali dengan alat sebagai pengingat status gizi dan vaksinasi anak. Alat ini akan menjadi sarana baik sebagai pegangan orang tua untuk memantau perkembangan kesehatan anak-anak [5]. Pengetahuan mengenai alat pemantauan gizi dan vaksinasi juga perlu diberikan agar tidak terjadi kesalahan dalam pengisian dan penggunaannya. Edukasi terhadap orang tua dapat dilakukan melalui media sekolah tingkat dini, yaitu taman kanak-kanak sehingga pemantauan kondisi kesehatan anak dapat terkendali sedini mungkin. TK Al Fatah Sedan bekerja sama dengan

Program Studi Farmasi UMY mengadakan edukasi mengenai gizi dan KMS.

Taman kanak-kanak yang terletak di Sedan, Sariharjo, Ngaglik, Sleman, Yogyakarta [6] memiliki 12 orang guru yang setiap hari melakukan kegiatan belajar mengajar. Dengan fasilitas kelas 6 ruang, TK Al Fatah sudah memadai untuk proses belajar. TK AL Fatah memiliki murid yang berumur rata-rata 4-7 tahun. Pada umur ini, pemantauan gizi dan vaksin anak terkadang kurang terpantau [7]. Hal tersebut dapat disebabkan oleh fokus wali murid terhadap pemantauan gizi dan vaksin anak hanya hingga mencapai usia 5 tahun, sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 155/Menkes/Per/I/2010 [8]. Pola konsumsi pada keluarga berpengaruh terhadap asupan gizi pada anak [9][10]. Selain itu, pada kisaran umur murid memasuki sekolah pada jenjang taman kanak-kanak, pemantauan gizi dan vaksin ini cenderung berkurang.

Metode Pelaksanaan

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah dengan pendekatan penyuluhan untuk penyampaian informasi dan pemberian Kartu Menuju Sehat (KMS) versi modifikasi khusus untuk peserta pengabdian masyarakat. Hal ini dilakukan agar masyarakat dapat mengaplikasikan proses pemenuhan gizi yang baik kepada anak-anak dan pemantauan gizi anak-anak dalam kesehariannya. Proses pemberian informasi juga disertai dengan evaluasi materi kepada peserta.

1. Pembuatan Kartu Menuju Sehat (KMS)

Kartu Menuju Sehat dibuat dengan modifikasi grafik yang diperlukan sesuai kebutuhan wali murid TK Al Fatah Sedan. Grafik yang digunakan adalah grafik pertumbuhan anak untuk usia 2-5 tahun dan usia 5-10 tahun.

2. Kegiatan Penyuluhan

Kegiatan pengabdian masyarakat bermitra dengan TK Al Fatah Sedan yang berkontribusi dalam penyediaan tempat dan peserta penyuluhan. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah para wali murid TK Al Fatah Sedan. Kegiatan dilakukan pada tanggal 12 Maret 2022, pukul 08.00-11.00 WIB. Penyuluhan dilakukan secara luring dengan protokol kesehatan yang sesuai. Penyuluhan dilakukan dalam 2 sesi, dengan topik "Suplementasi dan Gizi Pada Anak" oleh Ibu apt. Pramitha Esha Nirmala Dewi, M.Sc. dan sesi kedua dengan topik "Pemantauan Gizi Anak Usia 2-6 Tahun" oleh Ibu Anindhita Syahbi Syagata, S.Gz., M.P.H. Sebelum dan setelah penyuluhan, peserta diberikan kuesioner berisi pengetahuan mengenai pemberian gizi dan pemantauannya pada anak. Pemberian kuesioner dilakukan untuk melihat evaluasi pengetahuan peserta.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan 2 sesi. Sesi pertama diberikan oleh ibu apt. Pramitha Esha Nirmala Dewi, M.Sc. dengan topik "Suplementasi dan Gizi Pada Anak". Ibu apt. Pramitha Esha Nirmala Dewi, M.Sc. adalah Dosen Program Studi Farmasi UMY. Materi diawali dengan pemberian informasi status regulasi di Indonesia untuk pemberian vitamin C, vitamin D, vitamin E, probiotik, zink, dan selenium. Pada Permenkes RI

Nomor 28 Tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan pada Masyarakat Indonesia menjelaskan jumlah kebutuhan gizi masyarakat berdasarkan umurnya. Peserta diingatkan pula dengan perbedaan vitamin larut lemak (A, D, E & K) dan vitamin larut air (B & C). Pada suplemen farmasi, terdapat informasi gizi yang dapat diakses oleh masyarakat pada kemasannya. Pemberian suplemen bagi anak-anak hanya akan dilakukan jika terjadi kekurangan asupan vitamin dan mineral.

Strategi pemberian buah dan sayur untuk anak juga dijelaskan pada topik pertama, seperti cara pemilihan buah dan sayur yang sesuai untuk memenuhi jumlah asupan dan cara penambahan suplemen dapat dilakukan. Tujuh rekomendasi program sekolah sehat dengan promosi makanan sehat sebaiknya diterapkan pada sekolah. Tujuh rekomendasi program sekolah tersebut sebagai berikut.

1. Mengadopsi kebijakan yang mendukung promosi budaya makan sehat baik melalui penyampaian materi di kelas maupun di lingkungan sekolah.
2. Implementasi edukasi nutrisi secara komprehensif sejak *pre-school*/PAUD hingga SD yang didesain untuk membentuk perilaku makan sehat bagi siswa.
3. Menyediakan edukasi nutrisi sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembangnya, sesuai dengan ketersediaan bahan di lingkungan sekitar, menyenangkan, melibatkan partisipasi aktif siswa dengan melibatkan strategi pembelajaran yang dilakukan di sekolah.
4. Layanan sekolah dalam menyediakan makanan bagi siswa, perlu dilaksanakan secara selaras dengan edukasi nutrisi yang diberikan kepada siswa sehingga dapat mendukung pemahaman siswa mengenai perilaku makan sehat yang disampaikan melalui kurikulum sekolah.
5. Keterlibatan staf sekolah yang terlatih secara sinergis dalam mendukung strategi pembelajaran dalam membentuk perilaku makan sehat.
6. Meningkatkan keterlibatan keluarga dan komunitas terkait dalam mendukung program perilaku makan sehat.
7. Program edukasi perilaku makan sehat perlu dilakukan evaluasi secara berkala mengenai efektivitas program yang telah dijalankan dan merencanakan modifikasi strategi untuk meningkatkan efektivitasnya.

Penyuluhan sesi kedua diberikan oleh Ibu Anindhita Syahbi Syagata, S.Gz., M.P.H dengan topik “Pemantauan Gizi Anak Usia 2-6 Tahun”. Dalam materi ini, diawali dengan cara klasifikasi usia bayi, balita dan anak usia sekolah; kemudian tumbuh kembang normal pada anak dan 1.000 hari pertama kehidupan (HPK). Pertumbuhan anak-anak dapat dipantau dengan Kartu Menuju Sehat (KMS). Terdapat perbedaan grafik pertumbuhan bagi anak laki-laki dan perempuan yang seharusnya diakomodasi oleh KMS sehingga pemantauan pertumbuhan anak lebih spesifik. Poin krusial pengukuran pertumbuhan anak juga dijelaskan, seperti pengukuran tinggi dan berat anak. Pengukuran tinggi anak dilakukan berbeda antara anak berumur 0-2 tahun dan > 2 tahun. Jika anak berumur 0-2 tahun dapat dilakukan pengukuran dengan posisi tidur, sedangkan anak berumur > 2 tahun dilakukan dengan posisi berdiri. Terdapat pula perbedaan grafik pertumbuhan anak untuk anak usia 0-5 tahun dengan anak usia > 5 tahun. Hal inilah yang masih belum diakomodasi

oleh KMS yang beredar saat ini. Untuk grafik anak usia sekolah taman kanak-kanak (TK) biasanya tidak didapatkan oleh para wali. Oleh karena itu, kami sediakan bagi wali murid TK Al Fatah Sedan.



Gambar 1. Penyuluhan Topik 1

Pada topik ini dijelaskan pula pentingnya perkembangan organ anak di 1.000 hari pertama kehidupan (HPK) dan periode emasnya. Jika wali dapat menyadari proses ini, anak akan mendapatkan stimulasi dengan maksimal. Stimulasi melalui pemberian makanan sesuai dengan usia anak juga harus dipertimbangkan sehingga makanan dapat dicerna dengan maksimal. Jika terdapat masalah seputar makan pada anak, orang tua diberi alternatif solusi sesuai penyebabnya.



Gambar 2. Desain Kartu Menuju Sehat Anak Usia 5-10 Tahun (Perempuan)

Evaluasi yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pemberian kuesioner di awal dan di akhir pertemuan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 28 peserta sehingga analisis data dengan metode Wilcoxon dapat dilakukan. Uji ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan hasil yang didapatkan pada

waktu sebelum dan sesudah diberikannya kuesioner. Data *negative ranks* menunjukkan nilai 0 yang mengindikasikan tidak adanya penurunan atau pengurangan dari nilai *pretest* ke nilai *posttest*. Data *positive ranks* menunjukkan adanya sejumlah 23 peserta yang mengalami peningkatan nilai pada nilai *posttest* setelah dilakukannya edukasi. Pada Ties menunjukkan adanya 5 peserta yang tidak mengalami perubahan nilai *pretest* dan *posttest* setelah dilakukannya edukasi. Hasil Asymp.Sig (2-tailed) menghasilkan nilai 0.000 (<0.05) maka hal ini menunjukkan adanya pengaruh penggunaan strategi edukasi mengenai penggunaan suplementasi farmasi dan pemantauan gizi terhadap peningkatan pengetahuan peserta pengabdian pada materi tersebut.

Simpulan

Pemberian edukasi pada program pengabdian masyarakat ini memberikan pengaruh terhadap pengetahuan peserta mengenai “Suplementasi dan Gizi Pada Anak” dan “Pemantauan Gizi Anak Usia 2-6 Tahun”. Pengembangan edukasi sejenis diharapkan tetap dilakukan pembaruan agar wali murid TK Al Fatah tetap mendapatkan informasi yang baru.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih diberikan kepada Lembaga Pengabdian Masyarakat (LPM) Universitas Muhammadiyah Yogyakarta atas pendanaan program ini. Program Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat ini terselenggara atas hibah dana LPM dengan nomor: 87/A.3-RA/LPM/II/2022 tentang Penerima Pendanaan Pengabdian kepada Masyarakat Program Peningkatan Tri Dharma Perguruan Tinggi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta Tahun 2021/2022. Terima kasih juga diberikan kepada tim “Gizi Anak” dan pihak mitra TK Al Fatah Sedan atas dukungan dan kerja samanya dalam program Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (PPM) ini.

Daftar Pustaka

- [1] Irnani, H. dan Sinaga, T., Pengaruh Pendidikan Gizi Terhadap Pengetahuan, Praktik Gizi Seimbang Dan Status Gizi Pada Anak Sekolah Dasar, *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, Vol. 6, No. 1. 2017, Hal. 58-64.
- [2] Faesal, A, Nurlan, Fitriadi, I, Suadi, T, Penyuluhan Kesehatan Untuk Tumbuh Kembang Bayi Dan Balita Di Rt 6 Ranai Kabupaten Natuna, *Nuras: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 1, No. 1, 2021, Hal. 19-23.
- [3] Masrikhiyah, R, Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai Gizi Seimbang Dalam Pemenuhan Gizi Keluarga, *Dinamisa: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol. 4 No.3, 2020, Hal. 476-481.
- [4] Hidayah, S.N., Izah, N., Andari, I.D., Peningkatan Imunitas dengan Konsumsi Vitamin C dan Gizi Seimbang Bagi Ibu Hamil Untuk Cegah Corona Di Kota Tegal, *Jurnal Abdinus: Jurnal Pengabdian Nusantara*, Vol. 4, No. 1, 2020, Hal. 170-174.
- [5] Tulloh, R, Ramadan, D, N, Gusnadi, D, 2020, Aplikasi e-KMS untuk Pendataan dan Rekapitulasi Tumbuh Kembang Balita di Posyandu Mekar Arum 18, *Jurnal Panrita Abdi*, Vol. 4, No. 2, Hal. 216-224.

- [6] Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, (2021, Desember 30), *Data Referensi TK Al Fatah Sedan* [online], Available: <https://referensi.data.kemdikbud.go.id/tabs.php?npsn=20407901>.
- [7] N. Muslihah, A. Khimsan, D. Briawan, H. Riyadi, (2016), Kepatuhan Konsumsi Suplemen Gizi Berbasis Lipid Dosis Kecil pada Bayi di Perdesaan, Kabupaten Bengkalan, *J. Gizi Pangan*, Vol. 11 No. 2, 2016. Hal. 115-124.
- [8] Indonesia, (2021, Desember 30), *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Tentang Penggunaan Kartu Menuju Sehat (KMS) Bagi BALITA*, Nomor 155/Menkes/Per/I/2010.
- [9] H. M. Salim, Bintarti, T, W, Fitriyah, F, K, Alam, I, P, Muhammad, D, S, Nisaussholihah, N, Upaya Meningkatkan Sistem Kekebalan Tubuh Anak Usia Sekolah di Masa Pandemi COVID-19, *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat Universitas Merdeka Malang*, Vol. 6, No. 2, 2021, Hal. 271-278.
- [10] Lidia, K, Setianingrum, E.L.S, Folamauk, C, Riwu, M, Amat, A.L.S, Peningkatan Kesehatan dengan Suplemen dan Gizi Seimbang di Era Pandemi Covid-19, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM UNDANA*, Vol. 14, No. 2, 2020, Hal. 63-68.