

Promosi Kesehatan Kerja Gizi

Ratna Indriawati¹, Bambang Edi Suswantaz², Ghina Puspita³, Tunjung Wibowo⁴

^{1,2,3} Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
Jl. Brawijaya, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta

⁴ Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan, Universitas Gadjah Mada/RSUP Dr. Sardjito, Yogyakarta, Indonesia

Email: ratna.indriawati@umy.ac.id, tunjungwibowo@ugm.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.18196/ppm.53.1107>

Abstrak

Masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan yang penting. Masalah gizi di Indonesia dan Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) masih tinggi. Pengetahuan gizi sehat dan permasalahan gizi perlu mendapat perhatian. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan tambahan pengetahuan gizi, gangguan gizi dan akibatnya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode promosi kesehatan berupa edukasi gizi. Kegiatan pengabdian diikuti oleh orang tua dan remaja sasaran program pengabdian. Pengabdian masyarakat ini berjalan lancar. Masyarakat memberikan respon yang baik dan antusias mengikuti kegiatan pengabdian.

Kata kunci: kesehatan, pengetahuanpromosi, gizi

Abstract

Nutritional problems are still an important health problem. Nutritional problems in Indonesia and the Special Region of Yogyakarta (DIY) are still high. Knowledge of nutrition and nutritional problems needs attention. This community service aims to provide additional nutrition, nutritional disorders, and consequences. This community service activity uses a health promotion method in the form of nutrition education. The service activities were attended by parents and youth target of the service program. This community service is running smoothly. The community gave a good response and enthusiastically participated in the service.

Keyword: health, knowledge, promotion, nutrition

Pendahuluan

Pembangunan di Indonesia saat ini lebih ke arah peningkatan kualitas sumber daya manusia, peningkatan kecerdasan, dan produktivitas kerja. Kekurangan gizi dapat menyebabkan penurunan kecerdasan, kegagalan pertumbuhan fisik dan penurunan produktivitas kerja. Makanan merupakan salah satu kebutuhan yang pokok bagi setiap manusia. Makanan mengandung zat gizi yang diperlukan untuk tumbuh dan berkembang. Mengonsumsi makanan yang cukup dan teratur akan membuat tubuh sehat dan prestasi yang gemilang, tubuh bugar dan sumber daya manusia yang berkualitas (Proverawati & Asfuah, 2009). Menjaga asupan gizi pada remaja merupakan hal yang sangat perlu diperhatikan [1][2][3][4]

Edukasi dan Promosi kesehatan merupakan program kesehatan yang dirancang untuk mempengaruhi individu, dan masyarakat, sehingga berpikir, bersikap, dan berperilaku positif tujuannya untuk meningkatkan kesehatan, edukasi kesehatan adalah upaya untuk memelihara, meningkatkan, dan kesehatan diri dan lingkungan. Secara umum edukasi kesehatan bertujuan untuk mengembangkan perilaku individu, kelompok, atau masyarakat agar bisa berperilaku hidup bersih dan sehat, dan terhindar dari penyakit [5][6][7][8]. Memberikan tiga indikator pembangunan manusia yang disusun dalam *Human Development Index* atau Indeks Pembangunan Manusia yakni pengetahuan, kesehatan, dan ekonomi. Ketiga hal tersebut bukan hanya saling terkait dan mempengaruhi, namun juga saling melengkapi dalam membentuk kualitas hidup manusia [9] [10] [11][3].

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan tambahan pengetahuan tentang gizi, peningkatan keterampilan tentang nutrisi gizi seimbang, dan peningkatan pengetahuan gangguan gizi serta deteksi gangguan gizi pada remaja.

Metode Pelaksanaan

Metode pengabdian yang digunakan untuk mewujudkan tujuan dan realitas program pengabdian ini adalah promosi dan edukasi hipertensi. Sasaran pengabdian masyarakat ini adalah kader Kesehatan di Banyon, Pendowoharjo, Sewon, Bantul, Yogyakarta. Kegiatan telah dilaksanakan pada tanggal 2 Februari 2022. Kegiatan ini diikuti oleh 54 orang. Serangkaian kegiatan dimulai tahap persiapan, pelaksanaan, evaluasi, dan dokumentasi. Kegiatan pengabdian ini meliputi beberapa tahap. Tahap-tahap pengabdian ini meliputi:

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan adalah tahap mempersiapkan tim pengabdian, mitra pengabdian dalam menyusun rencana kegiatan, pendataan dan semua kebutuhan terkait pelaksanaan kegiatan.

2. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan meliputi penyuluhan dan edukasi hipertensi pada sasaran program pengabdian masyarakat.

3. Tahap Evaluasi

Tahap evaluasi pelaksanaan pengabdian antara lain menilai pelaksanaan kegiatan dan peningkatan pengetahuan sasaran program pengabdian masyarakat tentang hipertensi.

Hasil dan Pembahasan

Masalah gizi masih menjadi masalah kesehatan penting.. Makanan merupakan salah satu kebutuhan yang pokok bagi setiap manusia. Makanan mengandung zat gizi yang diperlukan untuk tumbuh dan berkembang. Promosi Kesehatan dan edukasi gizi diperlukan untuk memberikan tambahan pengetahuan tentang gizi, peningkatan keterampilan tentang nutrisi gizi seimbang, dan peningkatan pengetahuan gangguan gizi serta deteksi gangguan gizi.



Gambar 1. Promosi dan Edukasi Gizi

Pengabdian masyarakat tentang promosi Kesehatan hipertensi, pencegahan, dan komplikasinya telah dilaksanakan pada bulan Januari-Februari 2022. Kegiatan tersebut berlokasi di Piyungan dan Sewon, Yogyakarta, diikuti oleh 88 orang. Peserta pengabdian aktif dan antusias mengikuti acara tersebut sampai selesai. Peserta pengabdian aktif dan antusias mengikuti acara tersebut sampai selesai. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa tahap. Media promosi kesehatan kerja yang digunakan pada pengabdian masyarakat ini adalah ceramah dan diskusi.

Kegiatan promosi kesehatan kerja selanjutnya adalah melalui ceramah dan diskusi (Gambar 1). Ceramah untuk menyampaikan materi promosi kesehatan kepada pengrajin tenun Sejati dilakukan interaktif. Peserta tertarik dan responsif. Setelah materi promosi selesai dipaparkan, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab. Peserta aktif bertanya. Beberapa pertanyaan yang disampaikan. Pertanyaan peserta antara lain tentang gizi dan permasalahannya. Secara umum kegiatan promosi kesehatan kerja ini berjalan baik dan lancar.

Simpulan

Promosi kesehatan gizi dapat menambah pengetahuan tentang gizi, dampak gizi terhadap kesehatan serta pencegahannya. Hasil evaluasi kegiatan melalui tanya jawab dengan peserta menunjukkan tambahan pengetahuan gizi pada peserta pengabdian masyarakat. Disamping itu juga untuk menambah wawasan mengenai pentingnya gizi.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pihak-pihak terkait yang telah mendukung pelaksanaan program pengabdian.

Daftar Pustaka

- [1] M. Maehara, J. H. Rah, A. Roshita, J. Suryantan, A. Rachmadewi, and D. Izwardy, "Patterns and risk factors of double burden of malnutrition among adolescent girls and boys in Indonesia," *PLoS One*, vol. 14, no. 8, pp. 15–18, 2019, doi: 10.1371/journal.pone.0221273.
- [2] J. Yoshida, E. Eguchi, K. Nagaoka, T. Ito, and K. Ogino, "Association of night eating habits with metabolic syndrome and its components: A longitudinal study," *BMC Public Health*, vol. 18, no. 1, pp. 1–12, 2018, doi: 10.1186/s12889-018-6262-3.
- [3] R. Indriawati, M. R. Azis, and U. M. Yogyakarta, "Simple nutrition screening tool (snst) in nutritional assessment as a risk factor for cardiovascular disease in the elderly," vol. 15, no. 2, pp. 187–194, 2021.
- [4] L. M. Y. Chung and S. S. M. Fong, "Role of behavioural feedback in nutrition education for enhancing nutrition knowledge and improving nutritional behaviour among adolescents," *Asia Pac. J. Clin. Nutr.*, vol. 27, no. 2, pp. 466–472, 2018, doi: 10.6133/apjcn.042017.03.
- [5] R. Indriawati and S. Usman, "Pemberdayaan Masyarakat sebagai Upaya Deteksi Dini Faktor Risiko Hipertensi," *J. Surya Masy.*, vol. 1, no. 1, p. 59, 2018, doi: 10.26714/jsm.1.1.2018.59-63.
- [6] R. Indriawati and I. Darmawati, "Promosi kesehatan kerja pada pengrajin tenun," vol. 4, no. April, pp. 104–107, 2021.
- [7] D. Caesarianna and R. Indriawati, "Obesitas Hubungannya dengan Pola Asuh dan Tingkat Penghasilan Orang Tua pada Kelompok Usia 11-13 Tahun," *Mutiara Med. J. Kedokt. dan Kesehat.*, vol. 7, no. 2 (s), pp. 82–87, 2016, [Online]. Available: <http://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/1660/1704>.
- [8] R. Indriawati and I. Darmawati, "Peingkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

- di Era Covid-19,” vol. 5, no. 2, pp. 458-465, 2021.
- [9] C. D. Elvidge, K. E. Baugh, S. J. Anderson, P. C. Sutton, and T. Ghosh, “The Night Light Development Index (NLDI): A spatially explicit measure of human development from satellite data,” *Soc. Geogr.*, vol. 7, no. 1, pp. 23-35, 2012, doi: 10.5194/sg-7-23-2012.
- [10] Suparmi, N. Kusumawardani, D. Nambiar, Trihono, and A. R. Hosseinpoor, “Subnational regional inequality in the public health development index in Indonesia,” *Glob. Health Action*, vol. 11, no. sup1, 2018, doi: 10.1080/16549716.2018.1500133.
- [11] R. Indriawati and S. Syaifudin, “Relationship between Demographic Factors and Body Mass Index with the Prevention of Hypertension in Adolescents,” *J. Heal. Promot. Behav.*, vol. 5, no. 2, pp. 72-78, 2020, doi: 10.26911/thejhp.2020.05.02.01.