



Journal of Human And Education
Volume 4, No. 3, Tahun 2024, pp 130-135
E-ISSN 2776-5857, P-ISSN 2776-7876
Website: <https://jahe.or.id/index.php/jahe/index>

Gizi Anak Sekolah di Desa Toddopulia Kecamatan Tanralili Kabupaten Maros

Nurul Hidayah Nur¹, Andi Niartiningih², Nurfitriani³, Mene Paradilla⁴

Program Studi Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas Cokroaminoto Makassar^{1,2,3,4}

Email : Nurul_hidayahnur@ymail.com^{1*}

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan berupa penyuluhan kesehatan tentang gizi anak sekolah untuk meningkatkan status kesehatan di Desa Toddopulia Kecamatan Tanralili Kabupaten Maros. Melalui pelaksanaan sosialisasi yang telah dilakukan dengan baik, peserta diberikan pengetahuan tentang langkah-langkah hidup sehat sehingga terbentuk kesadaran pribadi, keluarga dan seluruh anggotanya yang dimana anak-anak berusia 5-17 tahun. Permasalahan gizi dan kesehatan terutama pada anak dapat dicegah melalui kegiatan edukasi yang diberikan lewat penyuluhan kesehatan. Solusi yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa memberikan penyuluhan kesehatan gizi seimbang pada anak – anak. Sebelum sosialisasi, peserta dimana seorang ibu mengisi kuesioner untuk mengukur pemahaman dan sikap mereka terkait gizi anak sekolah. Hasil kuesioner tersebut menjadi dasar evaluasi awal untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan kesadaran seorang ibu sebelum sosialisasi dilakukan. Setelah sosialisasi, peserta diminta untuk mengisi kuesioner yang sama guna mengevaluasi perubahan pemahaman, sikap, dan kesiapan mereka tentang gizi anak sekolah. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman peserta tentang langkah-langkah untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan terutama untuk anak sekolah. Evaluasi ini memberikan indikasi bahwa sosialisasi gizi anak sekolah menambah pengetahuan ibu-ibu mengenai gizi seimbang dan perubahan perilaku gizi yang baik, sehingga dapat meningkatkan status kesehatan dan gizi anak. Manfaat kegiatan ini adalah para ibu mengetahui pentingnya gizi seimbang untuk mencegah terjadinya masalah gizi pada anak dan meningkatkan status kesehatan serta gizi anak. Sebagai langkah lanjutan, perlu dilakukan pemantauan dan evaluasi secara berkala untuk memastikan keberlanjutan pemahaman dan sikap yang telah ditingkatkan oleh peserta.

Kata Kunci: *Gizi, Anak Sekolah, Penyuluhan kesehatan, status kesehatan, status gizi*

Abstract

Community service activities carried out include health education about nutrition for school children to improve health status in Toddopulia Village, Tanralili District, Maros Regency. Through the implementation of socialization that has been carried out well, participants are given knowledge about the steps for healthy living so that personal, family and all its members' awareness is formed, including children aged 5-17 years. Nutrition and health problems, especially in children, can be prevented through educational activities provided through health education. The solution carried out in community service activities is in the form of providing health education on balanced nutrition to children. Before the socialization, participants, including mothers, filled out a questionnaire to measure their understanding and attitudes regarding school children's nutrition. The results of the questionnaire are the basis for an initial evaluation to determine a mother's level of knowledge and awareness before socialization is carried out. After socialization, participants were asked to fill out the same questionnaire to evaluate changes in their understanding, attitudes and readiness regarding nutrition for school children. The evaluation results showed a significant increase in participants' understanding of the steps to live a life that maintains cleanliness and meets health standards, especially for school children. This evaluation

provides an indication that socialization of school children's nutrition increases mothers' knowledge regarding balanced nutrition and changes in good nutritional behavior, so that it can improve children's health and nutritional status. The benefit of this activity is that mothers know the importance of balanced nutrition to prevent nutritional problems in children and improve children's health and nutritional status. As a further step, it is necessary to carry out regular monitoring and evaluation to ensure the continuity of the understanding and attitudes that have been improved by participants.

Keywords: *Nutrition, School Children, Health education, health status, nutritional status*

PENDAHULUAN

Dari hasil pengabdian Masyarakat pada kesempatan ini adalah penting mengenai tata kelola desa yang baik dalam masalah kesehatan. Keadaan sehat adalah kehendak semua pihak, tidak hanya di dominasi oleh perorangan, akan tetapi juga harus dimiliki oleh kelompok dan bahkan oleh masyarakat (Dwijayanti, Linda, 2011). Dalam UU Kesehatan RI No.36 Tahun 2009, "Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis". Hal ini berarti bahwa kesehatan pada diri seseorang atau individu itu mencakup aspek fisik, mental, spiritual dan sosial demi tercapainya keadaan yang sejahtera bagi seseorang baik dengan produktivitasnya dan juga ekonominya (Maharani, T. D., Saraka, S., & Wahyuni, S., 2021).

Edukasi gizi seimbang merupakan program promotif yang dapat dikatakan cukup baik dalam mengubah pola hidup menjadi sehat. Permasalahan gizi di Indonesia saat ini semakin mengkhawatirkan hal ini dilihat dari data RISKESDAS 2018 yang menjelaskan tingginya obesitas, wasting, stunting, dan kondisi penyakit degenerative dan infeksi (Kementerian Kesehatan Ri, 2018). Gizi seimbang menjadi salah satu kunci dalam pemenuhan pola hidup sehat (Akbar, Dara Maulidini, 2020). Gizi seimbang memiliki 4 pilar utama yaitu konsumsi makanan yang beraneka ragam, menerapkan pola hidup sehat, pentingnya melakukan aktivitas fisik, dan menjaga berat badan ideal. Keempat pilar diatas merupakan pedoman penting untuk membiasakan hidup sehat dan memiliki asupan gizi yang baik dalam pertumbuhan atau perkembangan tubuh seperti anak-anak usia sekolah (Damayanti, A.Y., Fathimah dan Setorini, I. Y, 2018).

Penerapan gizi seimbang perlu dilakukan pendampingan terkait penerapan tersebut dan menjadi salah satu strategi untuk mengajak anak-anak untuk mengubah pola hidup menjadi sehat dan menjadi bekal ketika mereka tumbuh besar. Terkait tujuan melanjutkan perjuangan dan cita-cita bangsa, generasi muda seperti anak-anak memiliki peranan penting untuk membangun dan memajukan bangsa ini. Oleh karena itu, perlu peningkatkan sumber daya manusia seperti halnya pemahaman mengenai gizi seimbang sehingga dapat meminimalkan rentannya terkena penyakit (Aisyah, Siti, 2021). Kesehatan yang baik dapat tercipta dari pemenuhan gizi yang baik juga (Laswati, Dyah Titin, 2019). Kebutuhan zat gizi sangat dibutuhkan bagi tubuh karena setiap kandungan gizi yang kita konsumsi dapat berguna (Mardalena, 2016). Kebutuhan zat gizi yang di konsumsi dapat mempengaruhi tingkat kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas kerja yang tinggi (Laswati, Dyah Titin, 2019).

Oleh karena itu, perlu peningkatkan sumber daya manusia seperti halnya pemahaman mengenai gizi seimbang sehingga dapat meminimalkan rentannya terkena penyakit (Aisyah, Siti, 2021). Peningkatan sumber daya manusianya perlu strategi dalam mengoptimalkan status gizi baik dan konsumsi pangan yang sehat (Utari, 2022). Hal ini penting dilakukan karena seseorang tidak dapat mengembangkan kapasitas dirinya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status gizi dan kesehatan yang baik (Thamaria, Netty, 2001).

Kesehatan yang baik dapat tercipta dari pemenuhan gizi yang baik juga (Laswati, Dyah Titin, 2019). Kebutuhan zat gizi sangat dibutuhkan bagi tubuh karena setiap kandungan gizi yang kita konsumsi dapat berguna (Mardalena, 2016). Kebutuhan zat gizi yang di konsumsi dapat mempengaruhi tingkat kesehatan, kecerdasan, dan produktivitas kerja yang tinggi (Utari, 2022). Jika seseorang kekurangan gizi maka dapat mengganggu sistem pertumbuhan dan perkembangan tubuh (Papotot, 2021). Kesehatan individu perlu dikembangkan mulai dari usia dini bagi anak-anak khususnya pada usia sekolah dasar (Sulastri et al., 2022). Oleh karena itu, dilakukannya penyuluhan ke Desa Toddopulia Kecamatan Tanralilis Kabupaten Maros, diharapkan dapat menambah pengetahuan ibu-ibu tentang belajar hidup sehat dan dapat memberikan gizi yang baik untuk anak-anaknya.

METODE

Pada dasarnya bagian ini menjelaskan pelaksanaan dan metode pengabdian. Uraian pelaksanaan kegiatan meliputi lokasi, waktu, latar belakang peserta, dan banyak peserta. Sedangkan, uraian metode kegiatan meliputi metode dan materi yang disampaikan. Kegiatan

Copyright: Nurul Hidayah Nur, Andi Niartiningih, Nurfitriani, Mene Paradilla

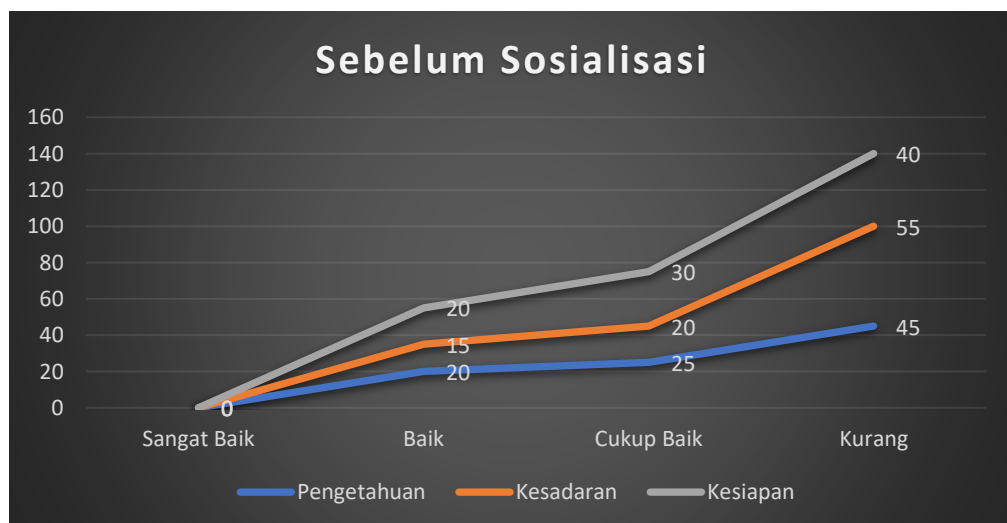
dilaksanakan pada tanggal 28 Agustus 2023 yang bertempat di Desa Toddopulia Kecamatan Tanralili Kabupaten Maros. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat “Gizi Anak Sekolah ini dilakukan dengan beberapa tahap. Pertama, tahap sosialisasi, berupa penyuluhan pentingnya gizi anak sekolah guna meningkatkan kesadaran masyarakat. Kedua, tahap pemeriksaan kesehatan, dan ketiga tahap contoh praktis makanan yang mengandung gizi yang baik. Berikut agenda penyuluhan dan praktik Gizi Anak sekolah yang direncanakan.

Tabel 1. Rencana Pelaksanaan Program

No	Program Kegiatan	Tempat
1	Penyuluhan Gizi Anak Sekolah	Kantor Camat
2	Pemeriksaan gratis untuk masyarakat	Kantor Camat
3	Dialog Interaktif Gizi Ibu dan Anak	Kantor Camat
4	Pembelajaran Praktik Gizi Anak sekolah	Kantor Camat
5	Pembelajaran Praktik Gizi anak sekolah	TK Toddopulia

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada saat kami melakukan sosialisasi mengenai pentingnya memahami Gizi pada anak di lingkungan penduduk, adanya antusias dari para partisipan dan memberikan pertanyaan seputar Makanan yang bergizi saat terjadi masalah kesehatan seperti stunting. Diharapkan dengan sosialisasi pentingnya pemahaman kesehatan dengan adanya peningkatan dari kondisi sebelum dan sesudah sosialisasi diadakan. Berikut dari hasil kuesioner yang kami dapatkan



Grafik 1. Data Kuisisioner Sebelum Sosialisasi

Dari hasil kuesioner, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar partisipan memiliki pengetahuan yang terbatas, kesadaran akan risiko yang kurang, dan kurangnya kesiapan dalam menghadapi keadaan seperti stunting terhadap tumbuh kembang anak. Mayoritas responden menunjukkan tingkat pengetahuan, kesadaran, dan kesiapan yang kurang baik atau cukup baik, dengan persentase yang signifikan berada pada kategori tersebut.

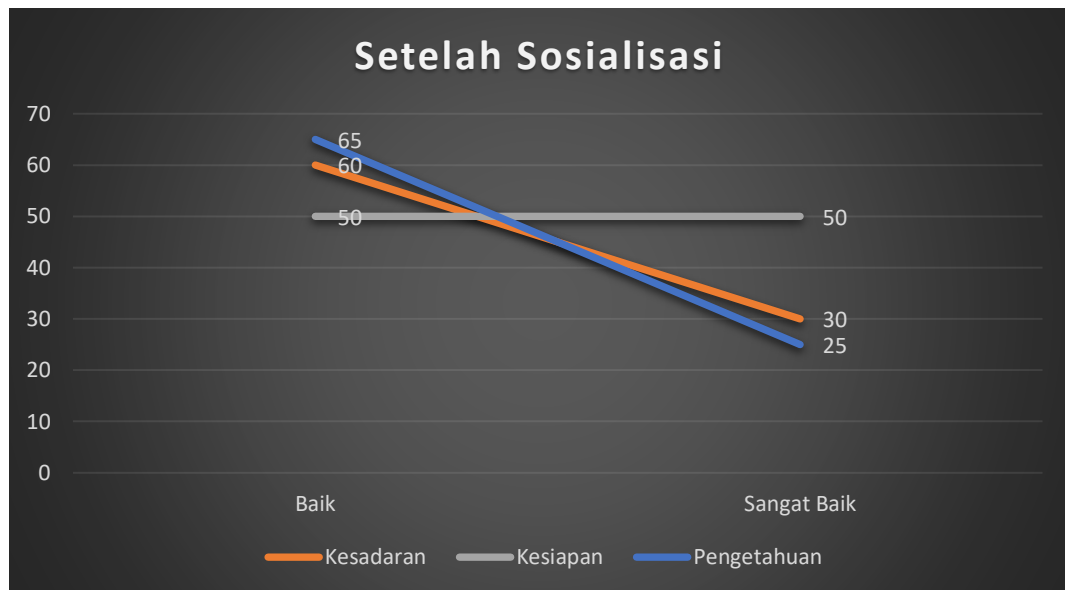
Pengetahuan yang Terbatas: Dari hasil kuesioner, sebanyak 20% responden menilai pengetahuan mereka baik tentang gizi anak sekolah. Sebanyak 25% responden menilai pengetahuan mereka cukup baik. Sebanyak 45% responden menilai pengetahuan mereka kurang.

Kurangnya Kesadaran Akan Risiko Gizi buruk yang akan terjadi: Terdapat 55% responden yang menyatakan kurangnya kesadaran akan risiko terkait dengan gizi buruk. Sebanyak 20% responden menyatakan tingkat kesadaran mereka cukup baik. Sebanyak 15% responden menyatakan tingkat kesadaran mereka baik.

Kurangnya Kesiapan dalam Menghadapi Gizi Buruk: Sebanyak 40% responden

Copyright: Nurul Hidayah Nur, Andi Niartiningsih, Nurfitriani, Mene Paradilla

menyatakan kurangnya kesiapan dalam menghadapi situasi darurat seperti stunting. Sebanyak 30% responden menyatakan tingkat kesiapan mereka cukup baik. Sebanyak 20% responden menyatakan tingkat kesiapan mereka baik. Dari analisis ini, terlihat bahwa masih ada ruang untuk perbaikan dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran akan gizi anak, dan kesiapan dalam menghadapi stunting. Hal ini menunjukkan pentingnya sosialisasi lebih lanjut mengenai pentingnya kondisi sehat tidak serta merta terjadi, tetapi harus senantiasa diupayakan dari yang tidak sehat menjadi hidup yang sehat serta membrikan gizi yang seimbang. Upaya ini harus dimulai dari menanamkan pola pikir sehat kepada Masyarakat terutama ibu-ibu yang harus dimulai dan diusahakan oleh diri sendiri. Upaya ini adalah untuk mewujudkan derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya sebagai satu investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif.



Grafik 2. Data Kuisisioner Setelah Sosialisasi

Setelah sosialisasi, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan, kesadaran akan risiko, dan kesiapan. Berikut adalah penjelasan dari hasil kuisisioner setelah sosialisasi:

Peningkatan Pengetahuan: Sebanyak 70% responden menilai pengetahuan mereka baik tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Sebanyak 30% responden menilai pengetahuan mereka sangat baik setelah sosialisasi.

Kesadaran Akan Risiko Penyakit yang akan terjadi: Terdapat peningkatan yang signifikan dalam kesadaran pentingnya gizi anak sekolah. Sebanyak 65% responden menyatakan kesadaran mereka sudah baik setelah sosialisasi. Sebanyak 25% responden menilai kesadaran mereka sangat baik setelah sosialisasi.

Peningkatan Kesiapan dalam Menghadapi stunting kepada anak: Dengan pengetahuan yang diperoleh dari sosialisasi, sebanyak 50% responden merasa lebih siap dalam menghadapi situasi seperti stunting. Sebanyak 50% responden menilai kesiapan mereka sangat baik setelah sosialisasi. Bandingkan dengan hasil sebelumnya, terjadi perbaikan yang signifikan dalam semua aspek. Sebelum sosialisasi, mayoritas responden menunjukkan tingkat pengetahuan, kesadaran, dan kesiapan yang kurang baik atau cukup baik. Namun, setelah sosialisasi, mayoritas responden menilai pengetahuan, kesadaran, dan kesiapan mereka sudah baik atau sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi Gizi anak sekolah dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku yang sehat dan menciptakan lingkungan sehat.

Dengan adanya reformasi di bidang kesehatan ini maka paradigma pelayanan difokuskan pada upaya-upaya Promotif dan Preventif. Peningkatan sumber daya manusianya perlu strategi dalam mengoptimalkan status gizi baik dan konsumsi pangan yang sehat (Utari, Rohmani, dan 1 Prabasiwi 2022). Hal ini penting dilakukan karena seseorang tidak dapat mengembangkan kapasitas dirinya secara maksimal apabila yang bersangkutan tidak memiliki status gizi dan kesehatan yang baik (Thamaria 2017).



Gambar 1. Sosialisasi PHBS

SIMPULAN

Sosialisasi mengenai gizi anak sekolah, merupakan langkah yang harus dilakukan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap orang terutama anak sekolah. Berdasarkan hasil dan pembahasan yang telah disampaikan, terdapat beberapa hal penting yang perlu ditekankan:

1. Metode ceramah dan diskusi interaktif kelompok efektif digunakan dalam penyuluhan kesehatan.
2. Ibu-ibu masyarakat Desa Toddopulia kecamatan Tanralili Kabupaten Maros sangat membutuhkan materi penyuluhan kesehatan terkait pemenuhan gizi pada anak sekolah.
3. Pemenuhan gizi pada anak sekolah di daerah Desa Toddopulia kecamatan Tanralili Kabupaten Maros sudah baik, tetapi belum optimal dan konsisten karena keterbatasan dana operasional.

UCAPAN TERIMA KASIH

Copyright:Nurul Hidayah Nur, Andi Niartiningsih, Nurfitriani, Mene Paradilla

Kami mengucapkan terima kasih kepada Pimpinan Universitas Cokroaminoto Makassar, Pemerintah Kabupaten Maros khususnya Kecamatan Tanralili, serta Kepala Desa Toddopulia yang telah memberikan izin dan kerja sama yang baik dalam menyediakan sarana prasarana untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat, termasuk penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Penghargaan juga kami sampaikan kepada keluarga yang turut mendampingi dan berkontribusi sehingga kegiatan ini berjalan dengan sukses.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwijayanti, Linda. (2011). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Serta Perilaku Gizi Seimbang Ibu Kaitannya Dengan Status Gizi Dan Kesehatan Balita Di Kabupaten Bojonegoro, Jawa Timur. Vol 6(3). Hal: 192-199.
- Maharani, T. D., Saraka, S., & Wahyuni, S. (2021). PEMBINAAN LINGKUNGAN DAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) RUMAH TANGGA SEBAGAI UPAYA PENGEMBANGAN MASYARAKAT SADAR LINGKUNGAN. *Learning Society: Jurnal CSR, Pendidikan dan Pemberdayaan Masyarakat*, 2(2), 126-132.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar. Jakarta : Kemenkes RI. Diakses pada tanggal 18 Mei 2024 dari http://www.depkes.go.id/resources/download/infoterkini/materi_rakorpop_2018/Hasil%20Riskesdas%202018.pdf
- Akbar, Dara Maulidini, dan Zuhrina Aidha. (2020). "Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020." *Jurnal Menara Medika* 3(1):66-73
- Damayanti, A.Y., Fathimah dan Setorini, I. Y (2018). Gambaran Tingkat Pengetahuan Gizi Seimbang pada Santriwati Remaja Putri Pondok Pesantren. *Darussalam Nutrition Journal*, 2(2), pp. 1-5.
- Aisyah, Siti, (2021). 'Pengenalan Gizi Seimbang Pada Anak Usia Dini Melalui Kegiatan Membentuk Kreasi Makanan di Raudhatul Athfal Muslimat Nu Kembaran Kecamatan Kembaran Kabupaten Banyumas.'
- Laswati, Dyah Titin. (2019). "Masalah Gizi dan Peran Gizi Seimbang." *Agrotech : Jurnal Ilmiah Tekonologi Pertanian* 2(1) : 69-73
- Mardalena, Ida, dan Eko Suryani. (2016). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia *Keperawatan Ilmu Gizi*. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Ilmu-Gizi-Keperawatan-Komprehensif.pdf>
- Sambo, Mery, Firda Ciuantasari, dan Godelifa Maria. (2020). "Hubungan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Prasekolaj," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* 11(1):423-29
- Utari, Dewi, Ngatoiatu Rohmani, dan Anggita Prabasiwi. (2022). "Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Dengan Metode isi Piringku." 2 (1):19-28
- Thamaria, Netty. (2001). Penilaian status Gizi.
- Papotot, Gianfranco S, Ronald Rompies, dan Praevilis M Salendu. (2021). "Pengaruh Kekurangan Nutrisi Terhadap Perkembangan Sistem Saraf Anak." *Jurnal Biomedik* 13(3);266-73.
- Sulastri et al. (2022). "Sosialisasi Kesehatan Diri Pada Anak-anak di Sekolah dasar Negeri 62 Lebng." *Jurnal Dharma Pendidikan dan Keolahragaan* 2(1):28-34