



PENYULUHAN GIZI BAIK PADA IBU YANG MEMILIKI BAYI DAN BALITA DI DESA CIARETEUN UDIK KECAMATAN CIBUNGBULANG KABUPATEN BOGOR 2018

Indira Chotimah

Universitas Ibn Khaldun Bogor

indira@uika-bogor.ac.id

Abstrak

Gizi yang baik menjadi landasan bagi setiap individu untuk mencapai potensi maksimal yang dimilikinya. Kurangnya asupan nutrisi pada usia dini bayi dan balita akan menimbulkan dampak yang bersifat permanen dan tidak dapat dikoreksi. Perbaikan gizi khususnya penurunan stunting menjadi salah satu agenda prioritas pembangunan kesehatan. Gizi kurang masih menjadi masalah kesehatan yang dihadapi Desa Ciareteun Udik Kecamatan Cibungbulang Kabupaten Bogor pada 2017 lalu, selain itu pengetahuan akan gizi baik masih kurang diantara ibu yang memiliki bayi dan anak balita. Maka dari itu penyuluhan akan gizi baik bagi Ibu dengan bayi dan anak balita perlu dilakukan. Kegiatan penyuluhan dilakukan pada 09 Agustus 2018 bersamaan dengan kegiatan KKN UIKA 2018 Terintegrasi. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan harapannya dapat memberikan tambahan pengetahuan gizi baik bagi ibu dengan anak bayi dan balita yang pada akhirnya dapat membantu mengurangi angka gizi kurang di Desa Ciareteun Udik.

Pendahuluan

UU Nomor 14 tahun 2015 tentang Guru dan Dosen menyebutkan bahwa Dosen adalah pendidik profesional dan ilmuwan dengan tugas utama mentransformasikan, mengembangkan, dan menyebarkan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni melalui pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Maka dari itu, kegiatan pengabdian masyarakat menjadi wajib bagi Dosen. Kegiatan pengabdian masyarakat dapat dilakukan persorang, ataupun kelompok. Kegiatan pengabdian masyarakat di Universitas Ibn Khaldun (UIKA) dalam dilakukan bersamaan dengan kegiatan KKN (Kuliah Kerja Nyata) terintegrasi. Tahun 2018, KKN UIKA dilakukan salah satunya di Desa Ciareteun Udik Kecamatan Cibungbulang, Kabupaten Bogor.

Observasi pendahuluan dilakukan pada bulan Juli dimana pertama adalah melakukan audiensi dengan Kepala Desa Ciareteun Udik tentang program kerja desa, termasuk didalamnya program bidang kesehatan. Program kerja bidang kesehatan di Desa Ciareteun Udik adalah dengan diselenggarakannya Posyandu dan Penerapan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Program kesehatan tersebut dijalankan swadaya oleh masyarakat; yaitu kader kesehatan dan dibantu oleh Bidan Desa setempat. Adapun permasalahan kesehatan yang ada menurut profil laporan Desa Ciareteun Udik 2017 adalah terindikasinya gizi buruk pada beberapa balita di beberapa dusun disebabkan rendahnya kunjungan orang tua ke kegiatan Posyandu dan rendahnya daya beli keluarga tersebut. Sehingga apabila kondisi tersebut tidak segera

diurus secara serius akan berdampak semakin parah pada kesehatan balita tersebut.

Informasi lebih dalam khususnya tentang program dan masalah kesehatan di Desa kemudian dilakukan *cross check* informasi kepada Bidan Desa Ciareteun Udik sebagai penanggung jawab khususnya bidang kesehatan yang ditunjuk oleh Puskesmas Kecamatan Cibungbulan. Informasi yang didapatkan dari Bidan Desa Ciareteun Udik adalah masih rendahnya pengetahuan gizi sehat pada ibu hamil dan anak balita. Lebih lanjut, bidan desa menyampaikan bahwa masih ada ditemukan ibu hamil yang kekurangan gizi dan balita yang gizi kurang.

Sebanyak 190 juta bayi dan anak prasekolah diperkirakan kekurangan vitamin dan sebanyak 293 juta anak dalam kelompok usia yang sama mengalami anemia. Tercatat oleh WHO pada tahun 2011 banyak balita dan anak-anak pada negara berkembang yang kekurangan gizi mikro, khususnya zat besi dan vitamin A. Bayi dan anak-anak adalah kelompok yang paling rentan berkaitan dengan gizi gizi mikronutrien, mengingat tingginya asupan vitamin dan mineral yang mereka butuhkan untuk mendukung pertumbuhan mereka. Kecukupan nutrisi dapat sebetulnya dapat diperoleh dari makanan utuh atau yang berbasis dari tanaman yang menyediakan gizi mikro kunci yang mencukupi yang direkomendasikan untuk anak usia 6-23 bulan (WHO, 2011).

Agenda kesehatan Indonesia sesuai dengan RPJMN 2015-2019 salah satunya adalah direalisasikan melalui Program Indonesia Sehat – Pendekatan Keluarga (PIS-PK). Program Indonesia Sehat yang

difokuskan pada 4 program prioritas yaitu, percepatan penurunan kematian ibu dan kematian bayi, perbaikan gizi khususnya stunting, penurunan prevalensi penyakit menular dan penyakit tidak menular.

Gizi yang baik menjadi landasan bagi setiap individu untuk mencapai potensi maksimal yang dimilikinya. Sementara itu, periode 1000 Hari Pertama Kehidupan merupakan periode sensitif yang menentukan kualitas hidup di masa yang akan datang, dimana akibat yang ditimbulkan terhadap bayi pada masa ini akan bersifat permanen dan tidak dapat dikoreksi (Kemenkes, 2016). Perbaikan gizi khususnya penurunan stunting menjadi salah satu agenda prioritas pembangunan kesehatan.

Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi tingkat kesehatan individu dan masyarakat. Agar tubuh tetap sehat dan terhindar dari berbagai penyakit kronis atau penyakit tidak menular (PTM) terkait gizi, maka pola makan masyarakat perlu ditingkatkan kearah konsumsi gizi seimbang. Keadaan gizi yang baik dapat meningkatkan kesehatan individu dan masyarakat. Gizi yang optimal sangat penting untuk pertumbuhan normal serta perkembangan fisik dan kecerdasan bayi, anak-anak, serta seluruh kelompok umur. Gizi yang baik membuat berat badan normal atau sehat, tubuh tidak mudah terkena penyakit infeksi, produktivitas kerja meningkat serta terlindung dari penyakit kronis dan kematian dini (Kemenkes, 2014).

Metode

Metode pendekatan yang dilakukan pada pemberdayaan masyarakat sesuai dengan hasil observasi di Desa Ciareteun Udik adalah dengan dilakukan penyuluhan Gizi Baik pada Balita di Posyandu Bahagia II. Metode penyuluhan ini dilakukan dengan memberikan informasi seputar gizi baik dan kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab.

Realisasi Program

Realisasi program pemberdayaan masyarakat dengan tema “Penyuluhan Gizi Baik pada Ibu yang Memiliki Bayi dan Balita di Desa Ciareteun Udik, Kecamatan Cibungbulang Kabupaten Bogor” dilaksanakan pada hari Kamis, 09 Agustus 2018. Pelaksanaan dilakukan di Posyandu Bahagia II. Adapun kegiatan dibantu oleh Kelompok 23 KKN UIKA 2018, Bidan Desa dan Kader Kesehatan. Partisipan Ibu yang memiliki Bayi dan Balita hadir sebanyak 20 Ibu.

Penyuluhan berjalan lancar. Banyak ibu yang ternyata belum memahami bahwa pemberian kental manis pada anak harus dibatasi karena mengandung kandungan gula tinggi. Mereka salah kaprah karena seperti susu sehingga memberikan kepada anaknya 2-

Adapun bahan dan alat yang digunakan adalah sebagai berikut:

1. Buku KIA
2. Borsur Kemenkes: Makanan Sehat Untuk Bayi
3. Brosur Kemenkes: Makanan Sehat Anak Balita
4. Contoh Bahan Pangan
5. Susu cair UHT sebagai bahan kontak

3 kali dalam sehari. Selain itu banyak ibu yang masih mempercayai bahwa makanan dengan gizi baik identik dengan makanan mahal seperti daging sapi dan ayam. Mitos yang berkembang di masyarakat tersebut diluruskan, misal dengan memberikan masukan bahwa pemberian susu pada anak dapat berupa susu bubuk ataupun susu cair dalam kemasan seperti UHT dan pemberian gizi yang baik pada anak tidak selalu harus mahal dapat didapatkan dengan harga yang relatif lebih terjangkau dengan tempe, oncom, tahu, telur, kacang-kacangan, pisang, pepaya, jeruk, mangga, buah-buahan lokal, aneka sayur yang bisa ditanam dipekarang sendiri dan lain sebagainya.

Foto Kegiatan Penyuluhan Gizi Baik Pada Ibu yang Memiliki Bayi dan Balita di Desa Ciareteun Udik Kecamatan Cibungbulan Kabupaten Bogor 2018





Keterangan:

Foto 1,2 & 3 : Penyuluhan berlangsung

Foto 4 : Foto bersama Kader Kesehatan dan Kelompok 23 KKN UIKA 2018

Kesimpulan

Pengetahuan yang kurang tentang gizi sehat dan masih percaya mitos yang ada dimasyarakat tentang gizi mengakibatkan masih ditemukannya bayi dan balita gizi kurang di Desa Ciareteun Udik. Penyuluhan tentang gizi baik kepada ibu yang memiliki

bayi dan balita di Desa Ciareteun Udik diberikan dengan harapan dapat memperluas khasanah pengetahuan ibu tentang gizi yang baik yang harus diberikan pada bayi dan balitanya.

Saran

Edukasi gizi baik dapat disisipkan pada kegiatan posyandu yang rutin dilakukan setiap bulannya. Terlebih posyandu Bahagia II menerapkan sistem 4 meja, dimana meja terakhir adalah untuk edukasi kesehatan khususnya penyuluhan dan pelayanan gizi bagi

ibu balita, ibu hamil dan ibu menyusui. Optimalkan kegiatan dengan sarana dan prasaran yang sudah ada. Pemateri edukasi kesehatan ini dapat diberikan oleh kader kesehatan dengan arahan dan bimbingan dari Bidan Desa setempat.

DAFTAR PUSTAKA

- Bappenas, 2015, Rencana Jangka Menengah Nasional 2015-2019, Jakarta: Bappenas
- Desa Ciareteun Udik, 2017, Profil Desa Ciareteun Udik 2017
- Kemenkes, 2011, Makanan Sehat Anak Balita, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes, 2011, Brosur Makanan Sehat Anak Balita, Jakarta: Kemenkes RI
- Kemenkes, 2011, Brosur Makanan Sehat untuk Bayi, Jakarta: Kemenkes RI
- Kemenkes, 2012, Pedoman Gizi Seimbang, Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kemenkes, 2016, Menkes: Gizi Baik Untuk Membangun Generasi yang Tinggi, Sehat dan Berprestasi (<http://www.depkes.go.id/article/view/160322000004/menkes-gizi-baik-untuk-membangun-generasi-yang-tinggi-sehat-dan-berprestasi.html>) data diakses 13 September 2018
- Kemenkes, 2017, Presiden Tekankan Pentingnya Gizi Bagi Anak (<http://www.depkes.go.id/article/view/170320000004/presiden-tekanan-pentingnya-gizi-bagi-anak.html>) data diakses 13 September 2018
- Kemenkes, 2017, Pedoman Buku KIA, Jakarta: Kemenkes RI
- Republik Indonesia, 2005, Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 14 Tahun 2005 tentang Guru dan Dosen
- WHO, 2011, Guideline: Use of Multiple Micronutrient Powder for Home Fortification Foods Consume by Infant and Children 6-23 Months of Age, Geneva: WHO