

ARTIKEL PENGABDIAN MASYARAKAT

Penyuluhan Kesehatan Tentang Gizi Buruk Pada SDN 064029Kelurahan Sudirejo II

Rofi Hidayati ¹, Pinta Pudiyanti Siregar ²

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

² Bagian Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Email korespondensi: Rofihidayati18@gmail.com

Abstrak: Gizi buruk masih merupakan isu sentral. Ada berbagai faktor yang menyebabkan terjadi nya gizi buruk. Gizi buruk tidak hanya meningkatkan angka kesakitan dan angka kematian tetapi juga dapat menurunkan produktivitas, menghambat pertumbuhan sel otak yang mengakibatkan kebodohan dan keterbelakangan. Anak usia sekolah dasar rentan terkena gizi buruk dikarenakan minimnya pengetahuan akan gizi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan tentang edukasi gizi buruk pada SD Sudirejo II Kecamatan Medan Kota, Sumatera Utara dengan menggunakan media poster menarik yang kemudian dijelaskan secara terperinci, selain itu kegiatan ini juga membuka tanya jawab sehingga apabila siswa/siswi tidak paham bisa langsung bertanya agar materi yang disampaikan lebih efisien. Dengan adanya penyuluhan ini maka dapat meningkatkan pengetahuan tentang gizi buruk.

Kata Kunci: edukasi, gizi buruk, penyuluhan

PENDAHULUAN

Tubuh memerlukan nutrisi adekuat dari sumber makanan yang baik untuk tumbuh dan perkembangan anak. Kandungan zat dari nutrisi berfungsi untuk memelihara jaringan tubuh, memperoleh tenaga, mengatur pekerjaan didalam tubuh serta melindungi tubuh dari berbagai macam penyakit.⁸ Nutrisi atau gizi adalah substansi organik yang dibutuhkan organisasi untuk fungsi normal dari sistem tubuh, pertumbuhan, dan pemeliharaan kesehatan. Proses penyerapan gizi atau nutrisi yang baik akan membuat tumbuh kembang motorik, kognitif, psikologis anak sesuai dengan usianya dan akan meningkatkan motivasi belajar anak dan meningkatkan prestasi di sekolahnya.¹

Gizi merupakan salah satu faktor penentu utama kualitas sumber daya manusia. Gizi buruk tidak hanya meningkatkan angka kesakitan dan angka kematian tetapi juga dapat menurunkan produktivitas, menghambat pertumbuhan sel otak yang mengakibatkan kebodohan dan keterbelakangan.⁴

Masalah gizi di Indonesia terutama wilayah dibagian Timur seperti NTT dan Papua Barat, dinilai masih tinggi. Namun, secara nasional Indonesia mengalami perbaikan gizi yang signifikan.²

Anak usia sekolah dasar merupakan salah satu golongan yang rentan terhadap permasalahan gizi dan kesehatan. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan prevalensi gizi kurang pada anak usia sekolah dasar masih sebesar 7.7% dan gizi gemuk mencapai 10.8%.³ Permasalahan gizi di usia ini perlu mendapatkan perhatian penuh karena anak merupakan generasi penerus bangsa.⁶

Riset Kesehatan dasar 2018 menemukan bahwa 93.5% penduduk
 JURNAL IMPLEMENTA HUSADA
Jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH

usia >10 tahun mengkonsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi per hari. Pada saat yang sama, jumlah penduduk yang mengkonsumsi makanan siap saji dan minuman berpemanis semakin meningkat dari waktu ke waktu.⁷

Faktor yang menyebabkan gizi buruk dapat berupa penyebab tak langsung seperti kurangnya jumlah dan kualitas makanan yang dikonsumsi, menderita penyakit infeksi, cacat bawaan, menderita penyakit kanker dan penyebab langsung yaitu ketersediaan pangan rumah tangga, perilaku hidup dan pelayanan kesehatan.⁷ Sedangkan faktor selain kesehatan adalah kemiskinan, pendidikan rendah, ketersediaan pangan dan kesempatan kerja.⁴

Pertumbuhan fisik sering dijadikan indikator untuk mengukur status gizi baik individu maupun populasi.⁹ Seorang anak yang normal dan sehat akan tumbuh sesuai dengan potensi genetik yang dimilikinya. Kekurangan atau kelebihan zat gizi akan dimanifestasikan dalam bentuk pertumbuhan yang menyimpang dari pola standar.⁵

Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang dampak gizi buruk pada anak usia sekolah dasar serta pencegahannya.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Jl. Kemiri desa Sudirejo II kecamatan Medan kota pada 30 agustus 2022. Edukasi dan penyuluhan ini ditargetkan kepada siswa/i SDN 064029 yang dihadiri 15 siswa/i. Kegiatan ini dilakukan dengan interaksi aktif antara pembicara dan audiens yang hadir dengan metode tanya jawab.

Dalam kegiatan ini saya melakukan

pengabdian masyarakat dengan turunlapangan dan berinteraksi langsung dengan masyarakat. Saya melaksanakan kegiatan mulai dari memberikan edukasi melalui pemaparan materi secara langsung dengan media poster.

HASIL

Status gizi merupakan keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat gizi, yang dimana zat gizi sangat dibutuhkan oleh tubuh sebagai sumber energi, pertumbuhan dan pemeliharaan jaringan tubuh serta pengatur proses tubuh. Penilaian status gizi dapat diukur menggunakan metode pengukuran antropometri yang terdiri dari variabel umur, berat badan dan tinggi badan.

Asupan zat gizi pada anak yang tidak adekuat dapat berakibat pada terganggunya pertumbuhan dan perkembangan anak. Tidak terpenuhinya zat gizi dalam tubuh anak dapat berpengaruh terhadap sistem kekebalan tubuh yang apabila sistem kekebalan tubuh melemah maka anak akan rentan terkena penyakit.

Salah satu bentuk dalam upaya pencegahan gizi buruk adalah dengan adanya edukasi ini terhadap anak usia sekolah dasar, hal ini dikarenakan pada anak usia sekolah dasar cenderung masih tidak peduli akan kebersihan dan kesehatannya. Kegiatan ini diawali dengan penjelasan mengenai pengertian gizi buruk, tanda dan gejala gizi buruk serta cara pencegahannya.

Salah satu media yang digunakan adalah poster yang menarik sehingga siswa/i dapat dengan mudah memahami apa yang telah disampaikan. Selain itu kegiatan ini membuka sesi tanya jawab agar siswa/i tidak lagi kebingungan tentang materi yang telah disampaikan.

Dengan adanya pelaksanaan kegiatan ini kami berharap bisa memberikan sumbangsih pemikiran berdasarkan ilmu pengetahuan dalam masalah pengembangan kualitas dari kesehatan masyarakat.



Gambar 1. Penjelasan poster edukasi



Gambar 2. Proses tanya jawab siswa

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini di kelurahan Sudirejo II, kami telah melakukan berbagai rangkaian kegiatan dengan meningkatkan edukasi terhadap masyarakat kelurahan Sudirejo II. Edukasi dilakukan dengan media non elektronik yaitu menggunakan poster yang

menarik sehingga dapat dipahami oleh anak usia sekolah dasar dengan tujuan dapat mencegah terjadinya gizi buruk pada anak usia sekolah dasar. Selain itu hal yang diperlukan dalam pencegahan gizi buruk adalah penanganan pemerintah setempat agar mengadakan program terintegrasi yang dapat meningkatkan pendapatan keluarga, pendidikan, serta pengetahuan masyarakat tentang gizi buruk. Hal ini dikarenakan penanganan dengan merencanakan program dengan tepat sasaran, dapat membantu negara dan mengurangi angka gizi buruk.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada pihak yang turut bersedia yang telah memberikan kerjasama yang baik dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini, semoga kita semua selalu dalam lindungan Allah SWT. Amiinnn.

1. Saputri, M. E., Widiastuti, S., & Pamela, D. N. (2021). Pemeriksaan Gizi Pada Anak Usia Sekolah dan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Terpadu Al-Farabi Pondok Terong Cipayung Depok. *Journal of Community Engagement in Health*, 4(1), 82-85.
2. Riset Kesehatan Dasar. (2018). Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
3. Fitriari, T. R., & Suryawan, A. (2021). Pengaruh Status Gizi Terhadap Motorik Kasar Anak Usia Pra-Sekolah. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(4), 417-423.
4. Krisnansari, D. (2010). Nutrisi dan Gizi Buruk. *Mandala of health*, 4(1), 60-68.
5. Pahlevi, A. E. (2012). Determinan Status Gizi Pada Siswa Sekolah Dasar. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 122-

126.

6. Sa'adah, R. H., Herman, R. B., & Sastri, S. (2014). Hubungan Status Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Guguk Malintang Kota Padangpanjang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 3(3).
7. Agustini, C. C., Malonda, N. S., & Purba, R. B. (2013). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Prestasi Belajar Anak Kelas 4 dan 5 Sekolah Dasar di Kelurahan Maasing Kecamatan Tuminting Kota Manado. *Jurnal Bakti Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1-10.
8. Palupi, K. C., Sa'pang, M., & Swasmilaksmi, P. D. (2018). Edukasi Gizi Seimbang Pada Anak Sekolah Dasar Di Kecamatan Cilincing Jakarta Utara. *Jurnal Abdimas*, 5(1), 49-53.
9. Yulia, C., Khomsan, A., Sukandar, D., & Riyadi, H. (2018). Studi cross-sectional: gambaran perilaku gizi anak usia sekolah dasar di kota Bandung. *Media Pendidikan, Gizi, dan Kuliner*, 7(1).
10. Lestari, D. P. (2022). Upaya Pencegahan Risiko Gizi Buruk pada Balita: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(1), 532-536.
11. Pinta Pudiyanti & Tohri Tohir (2021). Kunjungan Rumah Pada Pasien Hipertensi Esensial Grade 2. *Jurnal Pandu Husada*. No.3 Vol.2 Bulan Agustus. DOI: <http://dx.doi.org/10.30596%2Fjih.v2i3.11489.g7735>
12. Pinta Pudiyanti & Azra Amalia Nasution (2022). Kunjungan Rumah Penderita Dislipidemia. *Jurnal Pandu Husada*. No.3 Vol.2 Bulan Agustus. DOI:

<http://dx.doi.org/10.30596%2Fjih.v2i3.11488.g7737>