

PENDAMPINGAN PENYUSUNAN MENU GIZI SEIMBANG DI POSYANDU KHUSUS SAD DI DESA DWI KARYA BAKTI KECAMATAN PELEPAT KABUPATEN BUNGO TAHUN 2023

Umami Kalsum¹, Rizki Ibnu Rahmad¹, Adriani², M. Ridwan¹, Rd. Halim¹, Hendra D.
Sitanggang¹, Helmi Suryani Nasution¹, Dwi Noerjoedianto¹

¹Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, FKIK, Universitas Jambi

²Program Studi Peternakan, Fakultas Peternakan, Universitas Jambi

Email: ummi2103@unja.ac.id

Abstrak

Suku Anak Dalam (SAD) merupakan komunitas adat terpencil yang ada di Provinsi Jambi, tersebar di beberapa Kabupaten, Kecamatan dan Desa, salah satunya di Desa Dwi Karya Bhakti, Kabupaten Bungo. Kesehatan masih menjadi masalah pada komunitas SAD, khususnya permasalahan gizi seperti stunting, gizi kurang maupun anemia. Posyandu adalah salah satu upaya efektif untuk meningkatkan kesehatan berbasis masyarakat. Namun, komunitas SAD memerlukan pendampingan, melalui Posyandu yang dirancang secara khusus dan disesuaikan dengan kemampuan dasar dan kondisi keterbatasan komunitas ini. Tujuan kegiatan adalah melakukan pendampingan edukasi penyusunan menu gizi seimbang pada komunitas SAD di Desa Dwi Karya Bhakti, Kabupaten Bungo. Kegiatan ini dilaksanakan melalui pendampingan komprehensif dari Tim Pelaksana Program Matching Fund dan dengan menempatkan 5 mahasiswa tinggal di komunitas SAD bersama mitra selama 6 bulan (bulan Juli s.d. Desember 2023). Kegiatan dilakukan dengan beberapa langkah yaitu pendekatan kepada pemuka adat, pendampingan interpersonal kader Posyandu Khusus SAD, edukasi gizi, dan pemantauan tumbuh kembang balita dan ibu hamil. Kader posyandu, diberikan media edukasi berbahasa lokal yang disusun oleh Tim. Kegiatan pendampingan edukasi ini kepada kader di posyandu khusus SAD telah terlaksana dengan baik dan. Terjadi peningkatan pengetahuan tentang gizi dan bagaimana menyusun menu gizi seimbang oleh kader posyandu khusus SAD dan juga komunitas SAD terutama ibu balita yang datang ke Posyandu. Kegiatan ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih dalam peningkatan kesehatan masyarakat komunitas Suku Anak Dalam di Desa Dwi Karya Bhakti Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo sehingga terjadi peningkatan status gizi balita dan juga anggota keluarga lainnya.

Kata kunci: Posyandu, Suku Anak Dalam, gizi, menu, pendampingan

Abstract

The Anak Dalam Tribe (SAD) is a remote traditional community in Jambi Province, spread across several districts, sub-districts and villages, one of which is at Dwi Karya Bhakti Village, Bungo Regency. Health is still a problem in the SAD community, especially nutritional problems such as stunting, malnutrition and anemia. Posyandu is an effective effort to improve community-based health. However, the SAD community needs assistance, through Posyandu which is specifically designed and adapted to the basic capabilities and limited conditions of this community. The aim of the activity was to provide educational assistance in preparing a balanced nutritional menu for the SAD community in Dwi Karya Bhakti Village, Bungo Regency. This activity was carried out through comprehensive assistance from the Matching Fund Program SAD CARE For Health Team and by placing 5 students to live in the SAD community with partners for 6 months (July to December 2023). The activity was carried out in several steps, namely approaching traditional leaders, interpersonal assistance for SAD Special Posyandu cadres, nutrition education, and monitoring the growth and development of toddlers and pregnant women. Posyandu cadres are provided with local language educational media prepared by the Team. This educational assistance activity for cadres at the special posyandu for SAD has been carried out well. There has been an increase in knowledge about nutrition and how to prepare a balanced nutritional menu by Posyandu cadres specifically for SAD and also the SAD community, especially mothers of toddlers who come to Posyandu. It is hoped that this activity can contribute to improving the public health of the Anak Dalam Tribe community in Dwi Karya Bhakti Village, Pelepat District, Bungo Regency, resulting in an increase in the nutritional status of toddlers and other family members.

Key words: Posyandu, Anak Dalam Tribe, nutrition, menu, assistance

PENDAHULUAN

Kondisi kesehatan SAD masih memprihatinkan. Kematian dan kesakitan cukup tinggi disebabkan penyakit menular dan mulai terdeteksinya penyakit tidak menular (1), termasuk masalah gizi pada balita, remaja hingga wanita usia subur. Ditemukan kejadian stunting 42,2

% dan *underweight* 17,8 % pada balita komunitas SAD(2,3). Pendidikan yang rendah mengakibatkan pemahaman terhadap perilaku sehat masih bermasalah, khususnya pada penerapan pola makan gizi seimbang dan makanan pendamping ASI bagi balita. Hal ini juga disebabkan kurangnya informasi atau cara penyampaian informasi yang belum dipahami sehingga komunitas SAD semakin terpinggirkan (4).

Beberapa Lembaga telah menjangkau komunitas ini, juga Pemerintah. Namun program Pemerintah dan Lembaga terbatas pada layanan terhadap akses administrasi kependudukan, peningkatan ekonomi dan pendidikan, masih sedikit yang memberikan perhatian terhadap layanan kesehatan SAD, khususnya peningkatan status gizi SAD pada balita. Program-program yang dijalankan oleh LSM ini juga sangat bergantung dari dana lembaga donor, sehingga diperlukan peran serta semua pihak baik Pemerintah, Dunia usaha juga Perguruan Tinggi khususnya Universitas Jambi untuk melakukan pendampingan.

Pemerintah sudah memberikan permukiman bagi SAD salah satunya di Rombong (kelompok) Hari dan Badai, desa Dwi Karya Bakti Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo. Sebagian ada yang meninggalkan permukiman namun masih ada yang tetap tinggal. Program kesehatan yang sudah dilakukan masih berfokus pada layanan pengobatan gratis di fasilitas pelayanan kesehatan, serta layanan pengobatan ke komunitas secara insidental. Untuk itu diperlukan program pemberdayaan kesehatan agar komunitas SAD mampu meningkatkan kemandiriannya melalui pembentukan Posyandu Khusus SAD dimana salah satu aktivitasnya adalah memberikan pendampingan penyusunan menu gizi seimbang dan MP-ASI pada keluarga SAD. Program Pendampingan ini merupakan salah satu aktivitas dalam Program *Matching Fund* SAD CARE For Health yang dilaksanakan oleh Universitas Jambi pada tahun 2023.

Komunitas SAD membutuhkan pendampingan secara khusus, melalui Posyandu yang dirancang secara khusus dan disesuaikan dengan kondisi dan kemampuan dasar komunitas ini. Pendampingan pada pelaksanaan Posyandu khusus SAD ini diharapkan dapat memberikan daya ungkit terhadap kemandirian kesehatan Komunitas SAD. Peningkatan kemampuan kader sangat dibutuhkan dalam menggerakkan masyarakat SAD. Peran kader sangat berpengaruh terhadap motivasi ibu balita dalam menjaga keaktifan berkunjung ke posyandu (5). Posyandu khusus ini juga menjadi wadah berkumpul yang efektif untuk memberikan edukasi, khususnya bagi peningkatan pemahaman masyarakat SAD dalam menyusun menu gizi seimbang dan MP-ASI dengan memanfaatkan pangan lokal yang mudah diperoleh dan harga yang terjangkau.

LANDASAN TEORI

Masa balita adalah periode perkembangan fisik dan mental yang pesat. Pada masa ini otak balita siap menghadapi berbagai stimulan seperti belajar berjalan dan berbicara dengan lancar. Masa balita juga merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi setiap kilogram berat badannya. Gizi seimbang bagi balita merupakan susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman atau variasi makanan, aktivitas fisik, kebersihan, dan berat badan ideal(6).

Penyusunan menu gizi seimbang dan MP-ASI balita di posyandu khusus SAD ini bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi kepada ibu balita tentang cara memilih,

mengolah dan menyajikan makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi anaknya. Penerapan gizi seimbang khususnya pada balita akan meningkatkan status gizi dan diharapkan dapat meningkatkan kesehatan balita, khususnya pada komunitas SAD.

METODE PELAKSANAAN

Ada beberapa aktivitas dalam kegiatan pendampingan edukasi penyusunan menu gizi seimbang dan makanan pendamping ASI bagi balita yaitu pendekatan kepada pemuka adat atau masyarakat SAD, pertemuan dan pendampingan interpersonal kepada kader Posyandu khusus SAD, edukasi gizi seimbang (isi piringku) dan pemantauan tumbuh kembang bayi dan balita. Kegiatan pendampingan ini juga dilaksanakan secara komprehensif dengan menempatkan mahasiswa sebanyak 5 orang yang tinggal bersama-sama Mitra yang melakukan pendampingan selama 6 bulan (dari bulan Juli s.d. Desember 2023) yang tinggal menetap di lokasi Bersama mitra. Adapun pendampingan edukasi penyusunan menu gizi seimbang dan makanan pendamping MP-ASI bagi balita ini diperuntukan bagi kader Posyandu Khusus yang dilaksanakan selama 4 hari oleh Tim Pelaksana Program *Matching Fund SAD CARE For Health* Universitas Jambi yang didampingi tenaga ahli/narasumber pada tanggal 25-28 September 2023 dengan kegiatan pendampingan dilaksanakan selama dua hari efektif yaitu 26-27 September 2023. Terdapat 3 orang narasumber yang berasal dari berbagai institusi. Ketua Pengurus Wilayah IPANI Provinsi Jambi yaitu Monalisa, S.Kep., M.Kep., dari Dewan Pakar Pengurus Daerah IAKMI Provinsi Jambi yaitu Herwan, SKM., MKM. juga dari tim pelaksana program *Matching Fund SAD CARE For Health* yakni Dr. Ummi Kalsum, SKM., MKM.

Metode pelaksanaan kegiatan dengan metode ceramah, tanya jawab dan menggunakan alat peraga. Metode Ceramah digunakan untuk edukasi dan penjelasan tentang gizi seimbang. Metode tanya jawab digunakan saat diberikan edukasi atau pada saat akhir kegiatan edukasi sehingga para kader posyandu khusus SAD dan ibu balita bisa menanyakan hal yang belum paham atau tidak mengerti. Alat Peraga Food model 'Piring Makanku' merupakan benda tiruan yang memiliki intensitas yang paling tinggi setelah benda asli untuk memudahkan sampel dalam menerima informasi yang disampaikan pada saat penyuluhan. Selain itu, food model 'Piring Makanku' dapat disimpan dan digunakan berulang kali karena sifatnya yang tahan lama karena terbuat dari resin atau seringkali disebut dengan food model. Food model 'Piring Makanku' merupakan alat bantu lihat yang membantu menstimulasi indra penglihatan (visual aids) pada saat penyuluhan sehingga sampel dapat lebih mudah mempersepsikan apa yang dimaksud oleh penyuluh.

PROSEDUR KEGIATAN

Beberapa tahapan prosedur dalam melaksanakan kegiatan pendampingan edukasi penyusunan menu gizi seimbang dan makanan pendamping MP-ASI bagi balita, diantaranya :

1. Tahap Persiapan:
 - a. Melakukan koordinasi dengan mitra terkait pelaksanaan pendampingan penyusunan edukasi gizi seimbang dan MP-ASI bagi balita.
 - b. Melakukan pendekatan dan meminta dukungan dari Puskesmas Rantau Kelayang.
 - c. Menyusun rencana kegiatan dan jadwal.

- d. Mempersiapkan perlengkapan pelaksanaan pendampingan edukasi penyusunan menu gizi seimbang dan makanan pendamping ASI bagi balita.
2. Tahap Pelaksanaan:
 - a. Melakukan edukasi penyusunan menu gizi seimbang dan MP-ASI oleh para narasumber.
 - b. Melakukan diskusi (kegiatan tanya jawab).
 - c. Mempraktikkan food model dan menjelaskan tentang isi piringku.
3. Tahap Evaluasi : melakukan evaluasi kegiatan pendampingan penyusunan menu gizi seimbang

HASIL KEGIATAN

Peserta yang terlibat dalam kegiatan pendampingan edukasi penyusunan menu gizi seimbang dan makanan pendamping MP-ASI bagi balita adalah 30 orang yang terdiri dari unsur-unsur Puskesmas Rantau Kelayang atau Kepala Puskesmas dan atau pengelola program Promosi Kesehatan, kader dari Komunitas SAD, dan Tumenggung/tokoh adat serta kader posyandu Mekar Sari sebagai kader pendamping.

Dilakukan koordinasi terlebih dulu yaitu dengan Dinas Kesehatan Kabupaten Bungo, Kecamatan Pelepat, Puskesmas Rantau Kelayang, Desa Dwi Karya Bhakti Kabupaten Bungo. Kegiatan selanjutnya adalah melakukan diskusi dengan tumenggung, kader posyandu dan komunitas Suku Anak Dalam di Desa Dwi Karya Bhakti Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh Tim Matching Fund SAD CARE *For Health* tentang Penyusunan Menu Gizi Seimbang dan MP-ASI di Posyandu Khusus SAD Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo berjalan dengan lancar dan dapat terlaksana dengan baik. Dari hasil pendampingan dan edukasi gizi selama 2 hari mendapatkan tanggapan yang baik oleh kader Posyandu Khusus SAD dan ibu balita. Kader dan Ibu balita menjadi lebih mengetahui tentang penyusunan menu gizi seimbang pada balita. Hal ini bisa diketahui dari tanya jawab yang dilakukan sebelum penyampaian materi edukasi oleh Narasumber Herwan, SKM., MKM dan dilanjutkan oleh Ns. Monalisa S.Kep.M.Kep, kader dan ibu balita belum mengerti tentang menu gizi seimbang pada balita, tapi sesudah dilakukan edukasi, kader dan ibu balita SAD menjadi lebih tahu tentang penyusunan gizi seimbang terlihat dari hasil pertanyaan oleh narasumber bisa dijawab dengan benar oleh peserta.

Selain penyampaian materi melalui metode ceramah juga dilakukan dengan alat peraga food model. Dalam kegiatan penyuluhan, alat peraga food model dapat digunakan untuk memperlihatkan bahan makanan secara visual dan membantu peserta memahami materi dengan lebih baik. Food model adalah replika makanan atau makanan tiruan yang digunakan untuk kegiatan konseling, penyuluhan, dan pendidikan gizi makanan. Penggunaan food model dalam penyampaian materi mampu menarik perhatian peserta kegiatan pengabdian masyarakat ini.



Gambar 1. Penyampaian Materi edukasi Penyusunan Menu Gizi seimbang oleh Narasumber (Ns. Monalisa, S.Kep., M.Kep.)



Gambar 2. Penyampaian Materi edukasi Penyusunan Menu Gizi seimbang menggunakan Food Model oleh Narasumber

Menggunakan alat bantu berupa food model, narasumber menanyakan apa saja jenis bahan makanan yang sering dikonsumsi oleh komunitas SAD. Dari hasil tanya jawab diperoleh bahwa jenis makanan pokok paling sering dikonsumsi adalah nasi, dan sumber proteinnya ikan. Buah buahan yang paling sering dikonsumsi adalah jeruk manis.



Gambar 3. Praktek Emo Demo oleh Kader Posyandu Khusus SAD (Sri Bungo, Tira dan Siska) tentang ASI Eksklusif.

Pendampingan kepada kader posyandu khusus SAD dilakukan untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan kader posyandu khusus SAD dalam menyampaikan pesan kesehatan khususnya tentang penyusunan menu gizi seimbang dan Makanan Pendamping ASI bagi balita lokal sehingga kader mampu menyampaikan pesan-pesan tersebut kepada komunitas SAD. Jika dibandingkan dengan kemampuan sebelumnya, terlihat perbaikan

pelaksanaan posyandu khusus SAD dan peningkatan keterampilan kader dalam melaksanakan kegiatan posyandu juga dalam menyampaikan pesan-pesan kesehatan khususnya mempraktekkan emo demo dan penggunaan food model serta penggunaan piring gizi. Diharapkan kader dapat menjalankan tugas sebagai agen perubahan bagi komunitasnya.



Gambar 4. Foto Bersama Tim dan Peserta Kegiatan Penyusunan Menu Gizi seimbang

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pendampingan penyusunan menu gizi seimbang dan MP-ASI kepada kader di posyandu khusus SAD telah terlaksana dengan baik. Terlihat dari adanya peningkatan pengetahuan atau pemahaman serta keterampilan kader dalam melaksanakan penyuluhan kepada komunitasnya serta penyusunan menu sehat dan bergizi seimbang. Kegiatan ini diharapkan dapat berkontribusi dalam peningkatan kesehatan masyarakat komunitas Suku Anak Dalam di Desa Dwi Karya Bhakti Kecamatan Pelepat Kabupaten Bungo, khususnya peningkatan status gizi balita dan semua anggota rumah tangga komunitas SAD. Ibu balita dimotivasi untuk memberikan makanan yang mengandung gizi seimbang agar tumbuh kembang balita dapat tercapai secara optimal.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kalsum U, Lesmana O, Pertiwi DR. Pola Penyakit Tidak Menular dan Faktor Risikonya pada Suku Anak Dalam di Desa Nyogan Provinsi Jambi. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*. 2019;15(4):338.
2. Haris A, Fitri A, Kalsum U. Determinan Kejadian Stunting Dan Underweight Pada Balita Suku Anak Dalam Di Desa Nyogan Kabupaten Muaro Jambi Tahun 2019. *Jurnal Kesmas Jambi*. 2019;3(1):41–54.
3. Kalsum U, Halim Rd, Fitri A. Pola Perkawinan, Pola Konsumsi Dan Status Gizi Balita Orang Rimba Di Sungai Terap Dan Hajran. *Jurnal Kesmas Jambi*. 2018;2(2):87–96.
4. Ridwan M, Lesmana O. Konsep Rumah Tangga BerPHBS Pemukiman Rombongan Ganta Pada Suku Anak Dalam Di Kabupaten Merangin. *Jurnal Kesmas Jambi*. 2020;4(1):47–56.
5. Sulianty A, Suseno MR, Hamidiyanti BYF, Faiqah S. Perbedaan Keterampilan Kader Dalam Pemantauan Pertumbuhan Balita Berdasarkan Umur, Pendidikan Pekerjaan, Lama Menjadi Kader dan Jenis Posyandu di Wilayah Puskesmas Cakranegara Kota Mataram Tahun 2022. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2022;11(1):63–9.
6. Kementerian Kesehatan RI. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 75 Tahun 2013 Tentang Angka Kecukupan Gizi Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia. *Implementation Science*. 2014;39(1):1–15.