



PAPER – OPEN ACCESS

## Penguatan Sumberdaya Keluarga Dalam Mempercepat Perbaikan Gizi Masyarakat

Author : Nenni Dwi A. Lubis dkk.,  
DOI : 10.32734/anr.v3i2.937  
Electronic ISSN : 2654-7023  
Print ISSN : 2654-7015

*Volume 3 Issue 2 – 2020 TALENTA Conference Series: Agriculturaan & Natural Resource (ANR)*



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial-NoDerivatives 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/).  
Published under licence by TALENTA Publisher, Universitas Sumatera Utara



## Penguatan Sumberdaya Keluarga Dalam Mempercepat Perbaikan Gizi Masyarakat

Nenni Dwi A. Lubis<sup>1</sup>, Merina Panggabean<sup>2</sup>, M.Ichwan<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Departemen Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara

<sup>2</sup>Departemen Parasitologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara

<sup>3</sup>Departemen Farmakologi dan Terapeutik, Fakultas Kedokteran, Universitas Sumatera Utara

E-mail: nennidapriantilubis@yahoo.co.id; nenni@usu.ac.id

### Abstract

*The success of development in a nation is determined by the support of qualified, healthy, intelligent, and productive human resources through balanced, healthy, and safe nutrition intake. The main nutritional problems faced by the Province of North Sumatra are related to macro nutrition problems, which are found in the form of toddlers with Protein Energy Malnutrition (PEM). Nutrition improvement is closely related to the ability to provide food at the family level and the presence or absence of disease, especially infectious diseases. The way mothers feed their children is related to the mother's education, knowledge about childcare and family and local community habits. As a solution to this problem, the Community Service team consisting of lecturers from the Faculty of Medicine, Universitas Sumatera Utara carried out counseling activities on healthy behavior, especially in preparing nutritious, healthy and safe food. At this stage also carried out worm education and handwashing practices to the community and government officials in Lubuk Cemara Village, Serdang Bedagai Regency. This activity was attended by 55 participants; however, only 32 participants filled out the questionnaire in full and were subsequently referred to as respondents. Based on demographic characteristics, it is known that the average respondent is 37 years old with secondary and tertiary education and works as a housewife. Based on 15 tough behavioral questions, most respondents had a good level of knowledge (86.25%). If viewed from the prevention of helminthiasis, the majority of respondents are well-informed (71.875%), moderate (56.25%) and have the right actions (65.625%).*

*Keyword: helminthiasis, healthy food, level of knowledge*

### Abstrak

Keberhasilan pembangunan di suatu negara ditentukan oleh dukungan sumberdaya manusia yang berkualitas, sehat, cerdas dan produktif melalui asupan gizi yang seimbang, sehat dan aman. Permasalahan gizi utama yang dihadapi Provinsi Sumatera Utara berkaitan dengan masalah gizi makro, yang dijumpai dalam bentuk balita dengan Kurang Energi Protein (KEP) yang ditandai dengan balita gizi kurang dan balita gizi buruk. Perbaikan gizi berkaitan erat dengan kemampuan penyediaan makanan di tingkat keluarga serta ada tidaknya penyakit terutama penyakit menular. Cara ibu dalam pemberian makan bagi anaknya terkait dengan pendidikan ibu, pengetahuan tentang pengasuhan anak serta kebiasaan keluarga dan masyarakat setempat. Oleh karena itu, dosen Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi kepada ibu tentang perilaku sehat terutama dalam penyediaan makanan yang bergizi, sehat dan aman agar status gizi masyarakat dapat ditingkatkan. Pada kegiatan ini juga dilaksanakan penyuluhan kecacingan dan praktek cuci tangan kepada masyarakat dan aparat pemerintah di Desa Lubuk Cemara, Kabupaten Serdang Bedagai. Kegiatan ini dihadiri 55 orang peserta, meskipun demikian, hanya 32 orang peserta yang mengisi kuesioner secara lengkap dan selanjutnya disebut sebagai responden. Berdasarkan karakteristik demografi, diketahui rata-rata responden berusia 37 tahun dengan pendidikan menengah dan tinggi serta bekerja sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan 15 soal perilaku sehat, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik (86,25%). Jika ditinjau dari pencegahan terhadap penyakit kecacingan, mayoritas responden berpengetahuan baik (71,875%), bersikap sedang (56,25%) dan memiliki tindakan yang baik (65,625%).

Kata kunci: kecacingan, makanan sehat, pengetahuan,

## 1. Pendahuluan

Kualitas sumberdaya manusia sangat ditentukan oleh status gizinya. Konsumsi makanan dengan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan akan menunjang pertumbuhan yang optimal serta mencegah penyakit akibat defisiensi gizi, sehingga keberlangsungan tumbuh kembang anak yang merupakan generasi penerus bangsa dapat terjamin [1].

Permasalahan gizi utama yang dihadapi Provinsi Sumatera Utara berkaitan dengan masalah gizi baik makro maupun mikro pada balita adalah permasalahan gizi kurang dan gizi buruk yaitu dalam bentuk Kurang Energi Protein (KEP). Permasalahan gizi makro yang dihadapi adalah Kurang Vitamin A (KVA), Anemia Gizi Besi (AGB), dan Gangguan Akibat Kurang Yodium (GAKY). Pada tahun 2017, di Provinsi Sumatera Utara terdapat 18,2% prevalensi balita gizi buruk dan kurang, yang terdiri dari 5,2% gizi buruk dan 13,0% gizi kurang, sedangkan pada tahun 2016 prevalensi gizi buruk dan gizi kurang adalah sebesar 13,2%. Berdasarkan standar WHO, maka Provinsi Sumatera Utara tergolong dalam kategori medium dalam hal prevalensi gizi buruk dan kurang.

Perbaikan gizi anak dipengaruhi oleh kemampuan keluarga dalam menyediakan makanan serta adanya penyakit terutama penyakit menular. Kemampuan untuk menyediakan makanan akan dipengaruhi oleh tingkat pendapatan, sedangkan adanya penyakit juga dapat dipengaruhi oleh pelayanan kesehatan, tingkat pengetahuan, serta penerapan pola asuh di dalam keluarga. Hal ini akan mempengaruhi tingkat kesejahteraan, kebahagiaan, dan kualitas hidup baik pada anak-anak maupun dewasa [2].

Saat ini di Indonesia penyakit kecacingan juga masih banyak terjadi terutama pada balita. Jenis penyakit kecacingan yang paling banyak terjadi adalah cacing usus. Penyakit ini ditularkan melalui tanah sehingga sering disebut *Soil Transmitted Helminth* (STH), karena jenis cacing ini memiliki siklus hidup yang berada di dalam tanah. Jika terjadi infeksi kecacingan, maka akan berdampak kepada kondisi kesehatan dan gizi, karena tubuh akan kehilangan karbohidrat, protein, serta darah. Penyakit ini juga dapat menyebabkan penurunan kecerdasan, produktivitas, dan kualitas sumberdaya manusia, yang pada akhirnya secara ekonomi akan terjadi kerugian [3]. Di Indonesia, prevalensi penyakit infeksi kecacingan pada tahun 2012 masih relatif tinggi yaitu sebesar 28,12%. Angka ini sebagian besar terdapat pada masyarakat kelompok ekonomi lemah yang disebabkan kurangnya kemampuan dalam menjaga hygiene dan sanitasi di lingkungan tempat tinggalnya.

Pelaku pengasuhan yang utama di dalam rumah tangga di negara berkembang adalah Ibu. Hasil penelitian [4] menunjukkan bahwa seorang ibu mengalokasikan waktunya lebih banyak untuk mengasuh anak. Pengasuhan anak juga dilakukan oleh wanita lain di dalam keluarga seperti nenek, bibi, dan kakak perempuan. Perilaku pengasuhan anak ini akan dipengaruhi oleh tingkat pendidikan dan pengetahuan dari pengasuh. Pemberian makan anak oleh seorang ibu juga ditentukan oleh tingkat pendidikan ibu, pemahaman ibu terkait cara pengasuhan anak, serta kebiasaan yang ada di tengah-tengah keluarga dan masyarakat.

Desa Lubuk Cemara adalah salah satu desa yang terdapat di Kecamatan Perbaungan, Kabupaten Serdang Bedagai. Kecamatan ini memiliki luas 111,62 Km<sup>2</sup> terdiri dari 24 desa dan empat kelurahan dengan jumlah penduduk 104.501 jiwa. Desa Lubuk Cemara ini termasuk dalam kawasan pemukiman dan perkotaan. Kegiatan pengabdian pada masyarakat dilakukan di salah satu SDN yang terdapat di Desa Lubuk Cemara yaitu SDN 105361 yang bertujuan untuk meningkatkan status gizi masyarakat melalui edukasi perilaku hidup sehat.

## 2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan Desa Lubuk Cemara bertempat di SDN 105361, Kabupaten Serdang Bedagai bersamaan dengan peringatan Hari Gizi Nasional. Kegiatan diawali dengan mengidentifikasi tingkat pengetahuan masyarakat mengenai perilaku hidup sehat dan pencegahan kecacingan melalui pretest tertulis menggunakan kuesioner yang terdiri dari pertanyaan tentang identitas diri, perilaku hidup sehat serta pengetahuan, sikap dan tindakan terhadap penyakit kecacingan berjumlah sekitar 40 soal. Setelah itu dilakukan edukasi tentang perilaku sehat terutama penyiapan makanan yang bergizi, sehat dan aman. Pada tahap ini juga dilaksanakan penyuluhan kecacingan, termasuk cara pengolahan sayur dan buah yang benar serta cuci tangan. Evaluasi pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan cara melihat antusiasme peserta saat berdiskusi tentang materi yang telah disampaikan.

### 3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dihadiri sekitar 55 peserta terdiri dari aparat pemerintahan, guru sekolah, kader posyandu dan masyarakat sekitar lokasi pengabdian. Hanya saja 32 peserta yang mengisi kuesioner secara lengkap dan selanjutnya disebut sebagai responden.



Gambar 1. Penyuluhan tentang Perilaku Hidup Sehat

Dari identitas diri peserta, diketahui rata-rata peserta berusia 37 tahun dengan pendidikan menengah dan tinggi serta bekerja sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan 15 soal perilaku sehat, rata-rata peserta hanya menjawab sebelas pertanyaan dengan benar. Tabel 1 menunjukkan sebaran responden berdasarkan perilaku hidup sehat.

Tabel 1. Sebaran perilaku sehat responden

Tingkat Perilaku	Frekuensi (n)	Prosentase (%)
Baik	26	81,250
Sedang	5	15,625
Kurang	1	3,125
Total	32	100,000



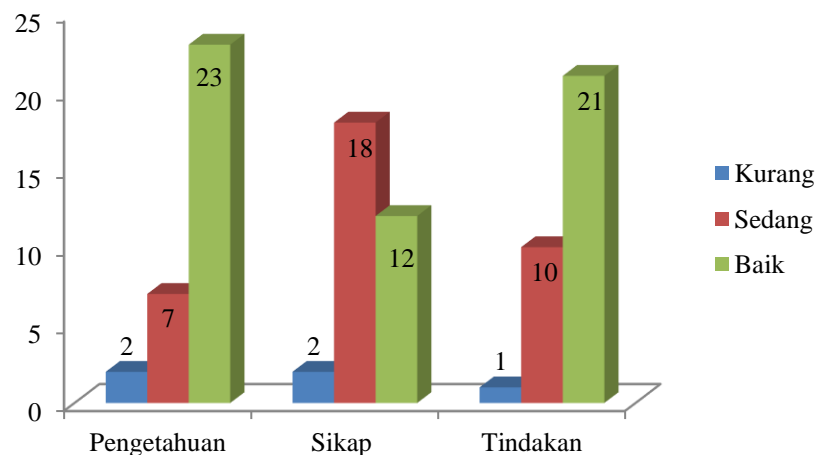
Gambar 2. Penyuluhan tentang Kecacingan

Dari 15 pertanyaan perilaku sehat, sejumlah 96,9% responden menjawab benar soal tentang “Makanan yang disajikan dikondisikan dengan kondisi keluarga”. Pernyataan ini tidak tepat, karena penyajian makanan haruslah disesuaikan dengan kebutuhan nutrisi anggota keluarga. Sejumlah 65,6% responden juga tidak membatasi anggota keluarganya dalam mengkonsumsi

makanan gorengan. Hal ini disebabkan karena makanan gorengan merupakan makanan selingan yang harganya murah, rasanya enak, mudah didapatkan dan mengenyangkan.

Dalam penyiapan makanan yang sehat dan aman, mayoritas responden telah melaksanakan kebiasaan cuci tangan baik sebelum maupun sesudah menjamah makanan serta menjaga kebersihan kuku. Selain itu, responden mulai membiasakan sarapan dan konsumsi susu bagi keluarga, menyertakan sayuran dan buah-buahan dalam penyajian makanan harian dan mengkonsumsi air 8 gelas sehari. Responden juga teliti dalam membaca label dan tanggal kadaluarsa ketika membeli makanan sehat. Perilaku sehat lainnya yang mulai digiatkan adalah pemantauan berat badan anggota keluarga terutama anak balita dan berolahraga. Tingkat perilaku yang baik ini disebabkan karena pendidikan yang umumnya menengah bahkan ada yang pendidikan tinggi serta peran dari kader Posyandu dan Puskesmas dalam meningkatkan taraf hidup masyarakat terutama derajat kesehatan. Wawan pada tahun 2011 menyebutkan bahwa pendidikan, pekerjaan, umur merupakan faktor internal yang mempengaruhi pengetahuan seseorang. Selain itu lingkungan dan budaya sebagai faktor eksternal juga berperan.

Jika ditinjau dari pencegahan terhadap penyakit kecacingan, mayoritas responden berpengetahuan baik (71,875%), bersikap sedang (56,25%) dan memiliki tindakan yang baik (65,625%), seperti dapat dilihat pada Gambar 3. Pengetahuan masyarakat bersumber dari pengetahuan internal ataupun eksternal. Pengetahuan internal diperoleh dari pengalaman hidup yang sifatnya pribadi. Pengetahuan eksternal berasal dari luar misalnya dari anggota keluarga lain, teman ataupun berita-berita dari media massa. Kebenaran akan suatu pengetahuan dapat diketahui melalui suatu proses berfikir terhadap hasil pengidennaan pada suatu objek tertentu. Hasil proses berfikir yang merupakan pengetahuan yang sifatnya kognitif merupakan hal yang paling penting dalam membentuk suatu tindakan atau perilaku [5].



Gambar 3. Sebaran Responden berdasarkan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan terhadap Pencegahan Kecacingan

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan karakteristik demografi, diketahui rata-rata responden berusia 37 tahun dengan pendidikan menengah dan tinggi serta bekerja sebagai ibu rumah tangga. Berdasarkan 15 soal perilaku sehat, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik (86,25%). Jika ditinjau dari pencegahan terhadap penyakit kecacingan, mayoritas responden berpengetahuan baik (71,875%), bersikap sedang (56,25%) dan memiliki tindakan yang baik (65,625%).

Dalam rangka “Penguatan Sumberdaya Keluarga dalam Mempercepat Perbaikan Gizi Masyarakat” perlu diupayakan sinergitas antara para pemangku kepentingan seperti akademisi, aparat pemerintahan, tenaga kesehatan dan kader posyandu sehingga perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dapat disebarluaskan kepada masyarakat. Selain itu perlu dilakukan pendekatan kepada pemuka masyarakat setempat dengan menjelaskan pentingnya transfer ipteks dan selanjutnya pemuka masyarakat dapat menghimbau warganya agar berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan pendidikan informal yang diberikan

#### Referensi

- [1] Soekirman. 2012. Perlu Paradigma Baru untuk Menanggulangi Masalah Gizi Makro di Indonesia. Institut Pertanian Bogor (IPB). <http://gizi.depkes.go.id/wp-content/uploads/2012/05/prof-soekirman.pdf> diakses pada tanggal 10 Januari 2019.
- [2] Masithah, T., Soekirman & D. Martianto. 2005. Hubungan Pola Asuh Makan dan Kesehatan dengan Status Gizi Anak Batita di Desa Mulya Harja. Media Gizi dan keluarga: 29(2): 29-39.
- [3] Soedarto. 2008. Parasitologi Klinik. Suranaya: Airlangga University Press.
- [4] Rogers, B & N. Youssef. 1988. The Importance of Women’s Involment in Economis Activities in The Improvement of Child Nutrition and Health. Food and Nutrition Bulletin. Jossey-Bass.
- [5] Notoatmojo, S. 2010. Prinsip-prinsip Dasar Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Rineka Cipta.