

PENERAPAN ASUPAN NUTRISI SEHAT MENGHADAPI ERA NEW NORMAL PADA MURID DAN WALI MURID TAMAN KANAK-KANAK

Hendro Prasetyo^{1, k}, Dony Setiawan Hendyca Putra², Moh. Zaenal Abidin³, Widatul Wahidah⁴

^{1,3} Program Studi D4 Kebidanan Jember, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia

² Program Studi Rekam Medik, Politeknik Negeri Jember, Jember, Indonesia

⁴ Taman Kanak Kanak, Dinas Pendidikan Kabupaten Jember, Jember, Indonesia

^kEmail: dony_shp@polije.ac.id²

ABSTRAK

Kegiatan ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang dalam upaya meningkatkan ketahanan tubuh dalam menghadapi era *new normal* di masa pandemi covid-19, serta memberikan *tips* agar keluarga tetap bisa beraktivitas tanpa merasa khawatir. Pelaksanaan kegiatan direncanakan 2 kali kegiatan selama 2 minggu. Dengan adanya penyuluhan kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam menyediakan menu makanan dengan gizi seimbang untuk keluarga, terutama menu bagi putra putrinya yang sekolah di TK Darut Tauhid Al-Islami Bunder Kabupaten Jember. Kegiatan ini menasar murid, orang tua murid, guru dan yayasan agar terjadi perubahan perilaku hidup sehat dalam menghadapi era new normal, maka selain pengetahuan dan perilaku hidup sehat juga harus tersedia sarana-prasarana yang mencerminkan pola perilaku hidup sehat sesuai dengan protokol kesehatan dalam menghadapi new normal. Metode yang dilakukan adalah dengan memberi bantuan nutrisi berupa bahan makanan untuk meningkatkan daya tahan tubuh bagi murid, serta memberikan edukasi dan penyuluhan kepada wali murid, pihak lembaga yaitu guru dan yayasan. Evaluasi yang diberikan adalah tentang gizi seimbang, kebiasaan hidup sehat pada masa pandemi covid-19 melalui *pre test* dan *post test*. Untuk mengetahui peningkatan kesehatan fisik dan pengetahuan ibu tentang gizi seimbang yaitu dengan observasi dan kuesioner pada wali murid. Hasil luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah laporan yang telah dipublikasikan di jurnal, modul pembelajaran kepada masyarakat dan peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta sosialisasi penerapan asupan nutrisi sehat sebagai bentuk ketahanan tubuh dalam menghadapi era new Normal pada murid dan wali murid TK Darut Tauhid Al-Islami.

Kata Kunci : Asupan gizi, new normal, pengabdian masyarakat

PENDAHULUAN

Covid-19 adalah penyakit infeksi yang disebabkan oleh jenis virus corona terbaru (novel coronavirus). Virus dan penyakit ini diketahui pertama kali pada saat terjadi wabah di kota Wuhan, Cina sejak Desember 2019. Coronavirus-19 (COVID-19) telah dinyatakan sebagai pandemi oleh WHO (WHO, 2020).

Per tanggal 3 Mei 2020, jumlah kasus penyakit ini mencapai angka 3.272.202 jiwa yang tersebar di 213 negara, termasuk Indonesia. Sementara itu, di Indonesia

COVID-19 telah menyebabkan setidaknya 845 kematian. Penyebaran virus ini sudah melanda semua provinsi dan penambahan korban yang begitu cepat telah menjadi fokus seluruh lapisan masyarakat dan pemerintah Indonesia.

Menanggapi situasi penyebaran COVID-19 yang begitu cepat, Presiden Republik Indonesia telah menyatakan status Tanggap Darurat pada tanggal 17 Maret 2020. Pemerintah juga menetapkan Status Kedaruratan Kesehatan Masyarakat melalui Kepres no 11 tahun 2020 dan Peraturan

Pemerintah (PP) nomor 21 tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dalam Rangka percepatan Penanganan COVID-19. Pembatasan kegiatan sebagaimana dimaksud PP Nomor 21, pada ayat (1) huruf c, dilakukan dengan memperhatikan pemenuhan kebutuhan dasar penduduk, antara lain kebutuhan pelayanan kesehatan, kebutuhan pangan, dan kebutuhan kehidupan sehari-hari lainnya.

Dengan terjadinya pandemi COVID-19, status tanggap darurat yang diikuti dengan kebijakan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) akan berdampak signifikan tidak hanya pada aktivitas masyarakat tetapi juga terhadap kondisi ekonomi sebagian besar masyarakat yang bekerja pada sektor informal. Kondisi tersebut dikhawatirkan akan berpengaruh terhadap menurunnya akses dan daya beli masyarakat terhadap pemenuhan pangan bergizi. Jika hal tersebut tidak diantisipasi maka akan terjadi kerawanan pangan dan gizi terutama di wilayah-wilayah yang teridentifikasi rentan. Kerawanan pangan dan gizi meningkatkan risiko terjadinya masalah gizi akut (gizi kurang dan gizi buruk) pada kelompok rentan, bahkan masalah gizi kronik (stunting) pun mungkin akan meningkat jika penetapan tanggap darurat COVID-19 berlangsung dalam waktu yang cukup lama (prolonged emergency situation).

Oleh karena itu, pelayanan gizi bertujuan untuk meningkatkan mutu gizi perseorangan dan masyarakat dengan prioritas pada kelompok rawan, yaitu bayi dan balita, remaja putri, ibu hamil dan ibu menyusui pada situasi pandemi COVID-19 diharapkan dapat tetap berjalan dengan melakukan beberapa penyesuaian terkait dengan kebijakan pembatasan sosial yang diatur oleh pemerintah daerah setempat untuk mencegah terjadinya penularan COVID-19.

Berdasarkan uraian tsb diatas TK Darut Tauhid Al-Islami desa Sumberpinang

kecamatan Pakusari kabupaten Jember, sangat mengharapkan uluran tangan dari pemerintah, swasta dan lain-lain untuk ikut berpartisipasi dalam membenahi TK dimaksud. Berdasarkan data yang disampaikan oleh sekolah bahwa jumlah guru 4 orang, jumlah murid keseluruhan kurang lebih 40 anak. Dari data tersebut baik anak maupun wali murid dan guru tidak menggunakan masker, tidak menggunakan pelindung wajah, tidak tersedia tempat cuci tangan, termasuk asupan nutrisi belum mendapat perhatian. Dengan adanya pandemic covid-19 berdampak tidak hanya pada aktivitas masyarakat tetapi juga dikhawatirkan berpengaruh terhadap menurunnya akses dan daya beli masyarakat terhadap pemenuhan pangan bergizi untuk anak usia prasekolah, khususnya di TK Darut Tauhid Al-Islami dusun Buner, desa Sumberpinang, kec. Pakusari, kab. Jember.

METODE

Kegiatan Pengabdian ini berbentuk sosialisasi dan penerapan pemenuhan gizi seimbang di TK Darut Tauhid Al-Islami dengan menggunakan beberapa metode yaitu:

- a. Ceramah, tanya jawab
- b. Pemberian Tugas
- c. Praktek Penerapan Pemenuhan Gizi Seimbang dan Protokol Kesehatan

Dalam pelaksanaan program sosialisasi ini melalui beberapa tahapan. Tahapan Pra pelaksanaan dilakukan untuk mempersiapkan pelaksanaan sosialisasi dan penerapan. Kegiatan yang termasuk dalam tahapan ini adalah memfokuskan dan membuat pokok-pokok materi yang akan dibahas dalam sosialisasi.

Pada pelaksanaannya berkoordinasi dengan pemilik TK Darut Tauhid Al-Islami Bunder Desa Sumberpinang Kecamatan Pakusari Kabupaten Jember, Ketua Yayasan TK Darut Tauhid Al-Islami, kepala sekolah, guru-guru sekolah yang bersangkutan, kepala puskesmas dan bidan

wilayah setempat. Selanjutnya para guru TK yang bersangkutan, kepala puskesmas dan bidan wilayah diundang untuk mengikuti sosialisasi selama 2 kali kegiatan. Hari pertama dilaksanakan sosialisasi mengenai pemenuhan gizi seimbang pada anak usia prasekolah dan wali murid, panitia pelaksana menyiapkan dan membagikan alat tulis dan modul gizi seimbang kepada peserta sosialisasi. Kegiatan selanjutnya dilaksanakan pada hari kedua yaitu sosialisasi dan praktek mengenai penerapan protocol kesehatan dimasa pandemi covid-19 langsung kepada murid dan wali murid disekolahnya. dan dibimbing/ didampingi oleh panitia pengabmas.

Rancangan Evaluasi

Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui keberhasilan kegiatan dengan cara metode pre dan post test kegiatan yang diberikan kepada sasaran. Selain itu juga evaluasi dilakukan untuk mengetahui kekurangan yang terjadi selama proses pelaksanaan program. Proses pendampingan juga dibutuhkan untuk guru – guru di TK, sehingga dapat menjadi bahan evaluasi perkembangan anak didik. Tahap monitoring dilakukan agar proses keberlanjutan oleh tim dan guru serta orang tua masih membutuhkan pembimbingan dalam proses pelaksanaan program. Adapun tujuan dari tahap monitoring adalah sebagai berikut:

- a. Melihat perkembangan program yang telah dilaksanakan
- b. Mengetahui kendala yang ada dalam proses pelaksanaan program
- c. Mencari solusi terhadap masalah yang ada sehingga sasaran menjadi lebih efektif dan maksimal dalam menyerap pengetahuan yg ada.

Tahap pelaporan disesuaikan dengan hasil yang telah dicapai selama pelaksanaan. Memaparkan proses pelaksanaan program dari awal sampai akhir serta perkembangan dari setiap program yang ada.

HASIL

Hasil Kegiatan Sosialisasi Gizi Seimbang di Masa Pandemi Covid-19

Tabel 1. Hasil evaluasi pengetahuan dan pemahaman peserta sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi Gizi

Pengetahuan	Sosialisasi Gizi Seimbang		
	Sebelum	Sesudah	Beda
Baik	4 (10 %)	28 (70 %)	+14
Cukup	6 (15 %)	10 (25 %)	+4
Kurang	30 (75 %)	2 (5 %)	-28
Jumlah	40	40	-10

Berdasarkan Tabel 1 diatas, menunjukkan perbedaan yang signifikan mengenai pengetahuan sebelum dilaksanakan sosialisasi gizi seimbang dan setelah dilaksanakan sosialisasi gizi seimbang. Yang ditunjukkan dengan data pada tabel diatas bahwa sebelum dilakukan penyuluhan tentang gizi pengetahuannya kurang sebesar 75% peserta dan setelah dilakukan penyuluhan tentang gizi seimbang pengetahuannya dinyatakan baik sebesar 70% peserta.

Hasil Kegiatan Sosialisasi Penerapan Protokol kesehatan di Masa Pandemi Covid-19

Tabel 2. Hasil evaluasi pengetahuan dan pemahaman peserta sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi penerapan protokol kesehatan

Pengetahuan	Sosialisasi Penerapan Protokol Kesehatan		
	Sebelum	Sesudah	Beda
Baik	2 (5 %)	15 (37,5 %)	+14
Cukup	2 (5 %)	15 (37,5 %)	+4
Kurang	36 (90 %)	10 (25 %)	-28
Jumlah	40	40	-10

Berdasarkan Tabel 2 diatas, menunjukkan perbedaan yang signifikan mengenai pengetahuan sebelum dilaksanakan sosialisasi gizi seimbang dan setelah dilaksanakan sosialisasi gizi seimbang. Yang ditunjukkan dengan data pada tabel diatas bahwa sebelum dilakukan penyuluhan tentang gizi pengetahuannya kurang sebesar 75% peserta dan setelah dilakukan penyuluhan tentang gizi seimbang pengetahuannya dinyatakan baik sebesar 70% peserta. Dari tampilan tabel data tersebut, menunjukkan bahwa terjadi perubahan yg signifikan mengenai pengetahuan sebelum dilaksanakan sosialisasi dan setelah dilaksanakan sosialisasi penerapan protokol kesehatan.

Sosialisasi Gizi seimbang.

Setelah dilaksanakan kegiatan sosialisasi tentang gizi seimbang dan penerapan protokol kesehatan kepada murid dan wali murid sebanyak 40 peserta termasuk guru Taman Kanak-Kanak, sudah bisa menyampaikan bagaimana menyiapkan menu gizi seimbang dan contoh pelaksanaan cara cuci tangan yang baik dan benar sesuai dengan yang diajarkan. Dari tampilan data tabel 1 tersebut, menunjukkan bahwa terjadi perubahan yg signifikan mengenai pengetahuan sebelum dilaksanakan sosialisasi dan setelah dilaksanakan sosialisasi. Hal tersebut terbukti setelah diberikan sosialisasi pengetahuan peserta menunjukkan 70 % baik, 25 % cukup, dan hanya 5 % pengetahuannya kurang. Oleh karena itu pengetahuan peserta tentang gizi seimbang ini perlu ditingkatkan dan

diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari di lingkungan keluarga terutama dalam memberikan asupan nutrisi pada anak.

Sosialisasi Penerapan Protokol Kesehatan.

Berdasarkan data tabel hasil kegiatan, menunjukkan bahwa terjadi perubahan dari pengetahuan sebelum dilaksanakan sosialisasi dan setelah dilaksanakan sosialisasi penerapan protokol kesehatan. Hal tersebut terbukti setelah diberikan sosialisasi pengetahuan peserta menunjukkan 37,5 % baik dan cukup, dan masih 25 % pengetahuannya kurang. Hal tersebut yg membuat perubahan pengetahuan menjadi lebih baik masih belum maksimal dikarenakan para peserta masih belum terbiasa menerapkan protokol kesehatan.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi Gizi seimbang dan Protokol Kesehatan

SIMPULAN

Dengan adanya sosialisasi Gizi Seimbang dan Penerapan Protokol Kesehatan di Masa Pandemi Covid-19 dalam kegiatan pengabmas ini, hasil evaluasi terdapat perubahan pengetahuan, dari tidak tau menjadi tau, dari tidak biasa menjadi biasa, walaupun masih belum sempurna. Dengan adanya bekal ilmu dan ketrampilan ini disarankan kepada guru

dalam proses pembelajaran bisa menerapkan konsep gizi seimbang bagi anak usia prasekolah dan selalu menerapkan protocol kesehatan setiap harinya dalam berbagai kegiatan. Diharapkan kepada instansi terkait dan masyarakat ada dukungan dana untuk sosialisasi gizi seimbang dan penerapan protokol kesehatan di tatanan pendidikan dan masyarakat, sehingga akan timbul kebiasaan hidup sehat di lingkungan sekolah dan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemendes RI. 2014. *Pedoman Gizi Seimbang*. Kemendes RI: Jakarta.
- Arifin, Z. (2015). *Gambaran Pola Makan Anak Usia 3-5 Tahun dengan Gizi Kurang di Pondok Bersalin Tri Sakti Balong Tani Kecamatan Jabon –Sidoarjo*. Midwiferia, 1(1), 17-29.
- Fitriyanti, L. & Sutiejo I. (2018). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Sulit Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah di Tk At Nurus Sholihah Kebagusan Pasar Minggu Jakarta Selatan*. Jurnal Ilmiah Kesehata, 10 (1), 58-67.
- Aizah, S. (2009). *Faktor-Faktor Penyebab Kesulitan Makan Pada Anak Usia Pra Sekolah di Dusun Pagut Desa Blabak Kecamatan Pesantren Kota Kediri*. Diakses pada 29 Mei 2021, dari http://lp2m.unpkediri.ac.id/jurnal/pages/efektor/Nomor15/siti_aiz.pdf
- Mardalena, I. (2016). *Ilmu Gizi Keperawatan Komprehensif*. Jakarta Selatan: PPSDM Kesehatan. Tersedia dari <http://bppsdmk.kemkes.go.id>.
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia Dini. (2017). *Layanan Kesehatan, Gizi, dan Perawatan*. Jakarta. Kemendikbud. Diakses dari <https://banpaudpnf.kemdikbud.go.id>
- Fitri, R. (2019). *Kesehatan dan Gizi Anak Usia Dini*. Diakses pada 27 Mei 2021, <https://www.slideshare.net/RamadhiniFitri/kesehatan-dan-gizi-anak-usia-dini>
- Platinum, M. (2020), *5 Penyakit yang Disebabkan oleh Kekurangan Gizi.*, Diakses pada 29 Mei 2021, dari <https://morinagaplatinum.com/id/milestone/5-penyakit-yang-disebabkan-oleh-kurang-gizi>
- Raditya, N. (2020). Diakses pada 28 Mei 2021, dari <https://tirto.id/apa-itu-3m-untuk-mencegah-menekan-penularan-virus-covid-19-f5tV>