PENANGGULANGAN KEKURANGAN GIZI PADA KELUARGA MISKIN

Oleh:
Dwiyanti Hanandini, Lily Grace Diani, Wahyu Pramono

Jurusan Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Unand
Kampus Limau Manis, Padang, Telp. (0751)71266,
e-mail : wahyu.pramonopd2@gmail.com

ABSTRAK

Kurang gizi dapat menyebabkan perkembangan otak anak terganggu, sehingga akan melahirkan generasi yang kurang cerdas. Bila kecerdasan masyarakat terganggu akan berdampak pada aspek yang labih besar. Kekurangan gizi seringkali disebabkan oleh kemampuan ibu balita dalam memilih makanan yang sehat kurang disamping pengetahuan akan makanan yang sehat itu sendiri masih rendah. Potensi bahan makanan sehat disekitar lingkungan rumah sebenarnya cukup besar, tetapi ketrampilan mengolah makanan tersebut masih rendah. Untuk itu penanggulangan masalah kekurangan gizi anak dapat dimulai dengan meningkatkan ketrampilan mengolah makanan dan menambah pengetahuan akan makanan sehat. Pengabdian ini dilaksanakan dengan dua metode yaitu penyuluhan dan pelatihan. Pada dasarnya masyarakat mempunyai potensi kelembagaan dan potensi sosial yang dapat digali untuk mengatasi berbagai permasalahan yang muncul, seperti masalah kekurangan gizi ini, oleh karena itu potensi dan lembaga yang ada perlu diberdayakan untuk membantu mengatasi masalah gizi buruk yang diderita anggota masyarakat. Potensi makanan yang ada disekitar lingkungan perlu lebih diperkenalkan kepada para ibu-ibu balita untuk mengatasi masalah gizi buruk untuk itu peningkatkan ketrampilan ibu-ibu balita dalam mengolah potensi makanan tersebut perlu ditingkatkan.

Key word: Kekurangan gizi, ketrampilan, makanan sehat.

I. PENDAHULUAN

Gizi merupakan kebutuhan tubuh yang sangat vital bagi manusia terutama bagi anak yang berusia dibawah lima tahun (BALITA). Gizi bagi anak merupakan kebutuhan tubuh yang merupakan komponen penentu dalam segala hal, mulai dari pertumbuhan fisik, otak, dan perkembangan mental. Kurang gizi dapat menyebabkan perkembangan otak anak terganggu, sehingga akan melahirkan generasi yang kurang cerdas. Bila kecerdasan masyarakat terganggu akan berdampak pada aspek yang labih besar. Masalah gizi seringkali menjadi permasalahan yang pelik karena melanda berbagai daerah di Indonesia, termasuk Sumatera Barat yang dilihat dari system kekerabatan dan asset pusaka kaum aneh rasanya bila ada anggota keluarga yang mengalami kekurangan gizi.

Namun demikian Propinsi Sumatera Barat menempati urutan pertama dalam hal jumlah penderita Kekurangan Energi Protein (KEP) diantara propinsi-propinsi di Indonesia. Laporan Kepala Kantor Wilayah Kesehatan Sumatera Barat, dr. Rasyidah Rasyid menyebutkan bahwa dari total 300.000 balita, 23.000 balita diantaranya berpotensi dan terancam menderita gizi buruk, apabila tidak mendapat perhatian serius (Kompas, 2-8-1999). Khusus di Sumbar dari 5000 balita, sebanyak 14,9 % mengalami gizi kurang dan 2,9% lainnya mendapat gizi buruk, menurut ketua KSM Tunas Bangsa, Endang S Syarwan Hamid. (Haluan, 6 September 2007)

Makanan merupakan kategori budaya yang sangat penting dalam masyarakat, karena mempengaruhi dan berkaitan dengan kategori-kategori budaya lainnya. Oleh karena itu makanan bukan semata-mata produk organik dengan kualitas biokimia, yang dapat dipakai oleh organisme hidup, termasuk manusia, untuk mempertahankan hidup. Bagi masyarakat, makanan dibentuk secara budaya. Apa yang akan dimakan memerlukan pengesyahan budaya. Orang tidak akan sembarang makan makanan sekalipun dalam kelaparan atau kebutuhan untuk menyembuhkan penyakit tanpa mempertimbangkan keabsahan budaya yang dianutnya. Pertimbangan-pertimbangan agama, pantangan, tahayul, kepercayaan akan kesehatan, dan suatu peristiwa yang kebetulan dalam sejarah menyebabkan makanan-makanan tertentu diklasifikasikan sebagai “bukan makanan” sekalipun mengandung gizi yang baik. Oleh karena itu untuk memahami masalah malnutrisi harus difahami melalui konsep makanan berdasarkan budaya setempat.

Adanya pembedaan makanan tersebut memperlihatkan bahwa pada dasarnya masyarakat tidak selalu menganggap makanan mempunyai hubungan dengan kesehatan. Bahkan kebanyakan masyarakat kurang mengetahui hubungan secara pasti makanan dengan kesehatan (lihat Sharman, 1970; Hasan, 1971; Jelliffe dan Bennett, 1962). Penduduk di pantai Ghana misalnya menganggap penyakit kwashiorkor bukan merupakan penyakit yang disebabkan oleh kekurangan makan tetapi akibat kelahiran adiknya. Kwashiorkor dalam bahasa Ghana berarti penyakit yang menjangkiti anak-anak yang lebih besar bila adiknya lahir.

Disamping perbedaan konsepsi mengenai makanan, masalah malnutrisi juga berkaitan dengan pemahaman mengenai kebutuhan gizi bagi anak-anak oleh masyarakat. Sebagian masyarakat masih menganggap bahwa anak-anak adalah

orang dewasa yang kecil, sehubungan dengan gizi. Konsekuensi pandangan ini adalah masyarakat tidak membedakan kebutuhan gizi antara anak-anak dengan orang dewasa. Padahal anak-anak mempunyai kebutuhan gizi khusus yang berbeda dengan orang dewasa. Susunan makanan yang cukup cenderung ditafsirkkan dalam rangka kuantitas, bukan kualitasnya (Foster and Anderson, ibid.:322).

Untuk memahami masalah makanan tersebut maka perlu dilakukan pendekatan secara komprehensif dan *holistic* karena apa yang dimakan oleh orang ditentukan oleh tiga variable utama yaitu fisiologi *(physiology),* kebudayaan *(culture),* dan lingkungan *(ecology)* (Hartog, et.all,1995:7). Hubungan antar ketiga variabel tersebut digambarkan oleh Pelto melalui apa yang disebut sebagai pendekatan ekologi (Pelto et.all, 1980:13-45). Menurut model pendekatan ekologi ini kebutuhan makanan individu baik secara biologis dan psikologis dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu; lingkungan sosial, lingkungan fisik, organisasi sosial, system nilai budaya dan teknologi.

Tujuan utama pengabdian ini adalah meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat dengan meningkatkan pengetahuan gizi. Disamping itu juga memberdayakan berbagai institusi dan potensi lokal yang dipunyai sebagai sumber potensi memberantas gizi buruk di tengah masyarakat. Namun peserta telah memiliki keterampilan membuat beberapa variasi makanan yang bergizi yang bahannya mudah didapat di sekitar mereka.

II. BAHAN DAN METODE

Kegiatan ini dilaksanakan dengan dua metode penyuluhan dan pelatihan. Pertama memberikan pengetahuan melalui penyuluhan, menggunakan cara belajar orang dewasa. Kedua meningkatkan keterampilan para ibu dengan melatih cara memasak makanan bergizi dengan memanfaatkan sumberdaya yang ada di sekitar mereka.

Pelaksanaan penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita di lokasi pengabdian tentang pentingnya pemenuhan gizi anak dan balita, serta resiko jika anak kekurangan gizi (gizi buruk). Disamping peningkatan pengetahuan para ibu dan kader yang lebih penting adalah menumbuhkan kesadaran para ibu untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu dan anak balita mereka dan diharapkan

akan terjadi perubahan perilaku. Langkah pelaksanaan penyuluhan adalah sebagai berikut:

a. Tahap persiapan

Dalam tahap ini Tim mengadakan dua kali pertemuan, pertemuan pertama digunakan untuk membicarakan materi, tempat kegiatan, waktu, dan pembagian tugas diantara anggota Tim dalam melaksanakan kegiatan. Pertemuan kedua dilakukan untuk mendiskusikan materi yang akan digunakan sebagai bahan pelatihan. Semua kegiatan tersebut dilaksanakan di kampus Limau Manis. Tahap persiapan juga digunakan untuk menyiapkan materi ceramah yang akan digunakan . Disamping itu juga digunakan untuk merencanakan makanan yang akan diperkenalkan kepada kader, ibu balita dan siapa yang akan menjadi narasumber dalam acara pemberdayaan kader dan ibu balita. Akhirnya diputuskan Meta Sri Diana A.Md. sebagai narasumber dalam hal pengetahuan gizi dan Dr Lily Gracediani. Pertimbangannya adalah yang bersangkutan adalah ahli gizi dari Dinas Kesehatan Kota Padang yang berlatarbelakang pendidikan nutrisionis. Untuk praktek pembuatan makanan dipandu oleh oleh Dwiyanti Hanandini Tim Pengabdian dari Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Andalas. Yang bersangkutan memiliki keterampilan dalam membuat makanan yang memiliki kanduangan gizi yang dibutuhkan oleh anak dan balita, yang bahan bakunya mudah didapat di sekitar komunitas masyarakat pantai dan daratan.

b. Pe**njajagan/Survai.**

Pada tahap ini anggota Tim yang ditugaskan melakukan survai tempat dan kebutuhan masyarakat yang akan digunakan untuk pengabdian. Beradasarkan data yang telah dipunyai dan koordinasi dengan Wali Nagari maka Tim menetapkan Nagari Batipuh Ateh yang digunakan sebagai lokasi pengabdian. Survai dilakukan dua kali dengan menemui Wali Nagari, bidan dan Kader Nagari . Pada kegiatan ini diidentifikasi kebutuhan materi yang dibutuhkan peserta sesuai permasalahan yang mereka hadapi. Dalam kunjungan ini juga didapatkan pertimbangan dan persetujuan tempat dilakukan kegiatan pengabdian. Dari hasil pertemuan tersebut kemudian didiskusikan dengan anggota Tim lainnya untuk menetapkan hari dan tanggal yang tepat untuk melakukan pelatihan dengan para kader dan tokoh masyarakat tersebut. Disepakati untuk melaksanakan kegaiatan tanggal 16 Juli 2009. Waktu tersebut

dengan mempertimbangkan jadwal pelaksanaan posyandu pada lokasi tersebut. Tempat kegiatan dilaksanakan diKantor Wali Nagari. Kantor ini memang biasanya digunakan untuk kegiatan posyandu setiap bulannya. Ruangan kantor Wali Nagari juga bisa digunakan sebagai tempat pelatihan.

c. Tahap Pelaksanaan Kegiatan.

Kegiatan pengabdian dilakukan dua tahap, pertama dengan melakukan Fasilitasi dan diskusi terbatas dengan kader Kantor Wali Nagari dan Tim juga Bidan Desa yang sejak awal mendukung kegiatan pengabdian ini. Fasilitasi digunakan untuk mengungkap persoalan gizi yang ada di lokasi mereka. Kemudian juga untuk menumbuhkan kesadaran para kader dan masyarakat akan dampak negatif.

Adapun bahan-bahan yang digunakan untuk melaksanakan pengabdian adalah:

1. Rolade Tahun Daun Singkong bahan-bahan yang dibutuhkan:
   a. Daun singkong
   b. Tahu
   c. Telor
   d. Wortel
   e. Daun bawang
2. Agar Labu Kuning, bahan-bahan yang dibutuhkan:
   a. Labu Kuning
   b. Santan
   c. Gula Merah
   d. Gula putih
   e. Garam
   f. Agar-agar
3. Resoles Isi Ikan, bahan-bahan yang dibutuhkan:
   a. Ikan laut.
   b. Wortel
   c. Kentang, Buncis
   d. Daun Sup, sledri.
   e. Bawang.
   f. Tepung terigu.
   g. Telor.
1. Susu Kedelai, bahan-bahan yang dibutuhkan:
   a. Kedelai.
   b. Gula pasir
   c. Daun Pandan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam forum penyuluhan dan diskusi melalui tanya jawab yang berlangsung terungkap bahwa masih banyak balita di daerah pengabdian yang menderita gizi buruk. Walau tidak banyak jumlah BGM (berat badan dibawah garis merah), namun para kader mengakui bahwa berat badan balita masih banyak dalam area kuning pada grafik KMS, Artinya berat badan anak masih belum optimal.

Dalam proses fasilitasi peserta menyadari akan dampak kekurangan gizi bagi balita. Dalam proses terungkap bahwa kekurangan gizi akan menimbulkan kebodohan, kebodohan akan menyebabkan *Loos Generation*. Namun kader sendiri merasa kesulitan dalam mengajak masyarakat untuk memenuhi gizi. Kader punya keterbatasan pengetahuan tentang gizi dan cara mengajak masyarakat untuk aktif ke posyandu. Mereka mengatakan masih banyak ibu balita yang belum mau ke posyandu, masih sedikit pengetahuan mereka tentang gizi dan cara mengolah makanan bergizi dengan murah dan mudah didapat.

Setelah terungkap masalah dan solusi peningkatan gizi anak dan balita, keluar komitmen peserta bahwa masalah kekurangan gizi adalah suatu yang harus dicarikan solusinya antara lain :

a. Masalah gizi bukan hanya masalah yang menjadi tanggung jawab kader, tapi menjadi masalah kelurahan dan menjadi program pemerintahan Nagari dan Puskesmas.
b. Aparat kelurahan dan tokoh masyarakat harus bertanggungjawab terhadap kasus kurang gizi yang dihadapi anak kemenakan mereka karena akan merugikan masa depan keluarga anak kemenakan dan nagari mereka.
c. Untuk menangani kekurangan gizi harus digalakkan pemanfaatan pekarangan untuk menanam tanaman yang dapat menjadi sumber gizi keluarga seperti sayuran, buahan dan tanaman obat keluarga.

Pelaksanaan penyuluhan ini dibuka oleh Wali Nagari sendiri karena pihak Nagari memang sangat mendukung acara yang diadakan oleh tim pengabdi dari Universitas Andalas ini. Peserta lain yang diundang adalah ibu balita yang ada di lokasi posyandu yang telah ditetapkan, baik yang memiliki anak dan balita , maupun ibu hamil. Selain ibu juga diundang seluruh kader yang ada di Nagari Batipuh Ateh. Peserta yang hadir melebihi target yang ditetapkan, karena ada ibu yang berada di

luar lokasi posyandu yang ditetapkan ingin hadir untuk mengikuti acara penyuluhan. Jumlah peserta seluruhnya adalah 50 orang. Sebagai narasumber bidang gizi adalah Meta Sri Diana salah satu ahli gizi yang ada dari Dinas Kesehatan Kota Padang dan Lily Gracediani dari Dinas Kesehatan Propinsi. Sebagai fasilitator kegiatan ini adalah Indraddin dari tim pengabdian FISIP universitas andalas. Sebagai media pelaksanaan penyuluhan digunakan LCD dan Laptop untuk menarik minat para peserta mendengarkan materi yang disampaikan. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan dengan metode interaktif dan sistem pendidikan orang dewasa. Dalam kegiatan terlihat keseriusan para peserta mendengan dan menanyakan persoalan yang dibahas. Peserta lebih banyak merespon kegunaan gizi seimbang bagi anak balita. Mereka masih rendah pengetahuan tentang kegunaan gizi bagi anak dan balita.

Pada sesi pelaksanaan pelatihan membuat makanan yang bervariasi dan memiliki kandungan gizi seimbang bagi anak ini terlebih dahulu diberikan kepada peserta tiga macam makanan dan minuman susu kedelai yang mengandung gizi cukup tinggi, lalu peserta diminta untuk memakannya dan memberikan pada anak-anak mereka sebagai makanan selingan dalam pelatihan. Ketika ditanya dari bahan apa makanan tersebut dibuat, umumnya peserta tidak mengetahui. Karena ternyata makanan tersebut sangat disukai oleh anak-anak mereka, Mereka tidak percaya kalau makanan tersebut bahan bakunya adalah daun singkong, buah labu dan ikan. yang terdapat di sekitar mereka, dan selama ini tidak dimanfaatkan. Makanan tersebut adalah :

- Rolade tahu daun singkong
- Resoles ikan laut
- Agar-agar Labu
- Susu Kedelai

Setelah mencicipi makanan tersebut, peserta sangat antusias bertanya ingin mengetahui cara membuat makanan tersebut. Berangkat dari kebutuhan tersebut Tim Pengabdian yang diwakili oleh Dwiyanti Hanandini, mengajarkan kepada peserta cara membuat bahan makanan tersebut. Peserta dengan semangat menanyakan cara membuatnya. Menurut mereka makanan tersebut mengandung

banyak gizi yang dibutuhkan anak-anak dan bahan bakunya mudah didapatkan di sekitar mereka tinggal dan cukup mudah cara pembuatannya.

Pada sesi terakhir bidan desa yang membantu tim pengabdi, juga menunggui peserta sejak awal sampai penutupan mengungkapkan bahwa pengetahuan tentang gizi sangat dibutuhkan oleh kader dan ibu balita. Wali Nagari dan Kader Nagari, juga Bidan desa bertekat akan memberantas gizi buruk yang terjadi di tengah masyarakat mereka, untuk itu mereka punya harapan pelatihan serupa dapat diberikan kepada seluruh kader dan tokoh masyarakat mereka.

Kegiatan pengabdian masyarakat di Nagari Batipuh Ateh telah berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana yang telah ditetapkan, karena Walinagari sangat mendukung kegiatan ini. Secara fisik, hasil kegiatan pengabdian ini memang tidak dapat dilihat karena bentuk kegiatan ini tidak menghasilkan benda atau bangunan.

III.SIMPULAN

Pada dasarnya masyarakat mempunyai potensi kelembagaan dan potensi sosial yang dapat digali untuk mengatasi berbagai permasalahan yang muncul, seperti masalah gizi ini, oleh karena itu potensi dan lembaga yang ada perlu diberdayakan untuk membantu mengatasi masalah gizi buruk yang diderita anggota masyarakat. Potensi makanan yang ada disekitar lingkungan perlu lebih diperkenalkan kepada para ibu-ibu balita untuk mengatasi masalah gizi buruk untuk itu peningkatkan ketrampilan ibu-ibu balita dalam mengolah potensi makanan tersebut perlu ditingkatkan.

IV. UCAPAN TERIMA KASIH

Pelaksanaan pengabdian mayarakat ini tidak akan dapat dilaksanakan tanpa bantuan dari berbaai pihak, untuk itu ucapan terima kasih disampaikan kepada:

a. DP2M Dirjen Pendidikan Tinggi, Departemen Pendidikan Nasional.
b. Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat, Universitas Andalas.
c. Walinagari Batipuh Ateh, dan para kader Posyandu.

V. DAFTAR PUSTAKA

Foster, George M. et.all, *Antropologi Kesehatan*, (terjemahan), UI Press, Jakarta, 1978.

Hartog, Adel P.van (et.all), *Manual for Surveys on Food Habits and Consumption in Developing Countries,* Margraf Verlag, Netherlands, 1995.