



OPTIMALISASI LITERASI MEDIA DALAM MENCIPTAKAN KELUARGA SADAR GIZI (SADARZI) PADA MASYARAKAT PERTANIAN

Erik Kusuma*, Ayu Dewi Nastiti, R.A Helda Puspitasari, Dwining Handayani

Program Studi DIII Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Jember, Kampus Kota Pasuruan, Jl. KH. Mansyur No. 207 Pasuruan, Indonesia, 67118

*erikkusuma.akper@unej.ac.id

ABSTRAK

Pemenuhan kebutuhan gizi sangat penting terutama bagi anak-anak yang masih dalam masa tumbuh kembang. Dampak dari pemenuhan kebutuhan gizi yang tidak tepat dapat menyebabkan terjadinya gizi salah meliputi *wasting*, *stunting*, dan *underweight*. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang pada anak dan balita. Subjek dalam kegiatan ini adalah warga di Kelurahan Mojoparon Kecamatan Rembang Kabupaten Pasuruan. Lokasi ini dipilih karena mayoritas penduduknya adalah petani yang belum banyak terpapar informasi mengenai gizi yang baik. Kegiatan yang dilakukan meliputi 2 (dua) tahapan, yaitu 1) pemerian literasi terkait pedoman gizi seimbang, 2) rembuk stunting. Penyuluhan kesehatan dilakukan dengan menggunakan teknik ceramah dan diskusi. yang digunakan adalah *X banner* dan *leaflet*. Hasil kegiatan menunjukkan rerata skor pengetahuan pre-test adalah 5, sedangkan rerata skor pengetahuan post-test adalah 8. Perbedaan rerata skor pre-test dan post-test adalah 3. Disimpulkan bahwa literasi mampu meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang. Literasi media dalam menciptakan keluarga sadar gizi (sadarzi) pada masyarakat pertanian merupakan salah satu bentuk upaya untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat pertanian tentang gizi seimbang pada anak dan balita.

Kata kunci: literasi media, sadar gizi, masyarakat pertanian

OPTIMIZATION OF MEDIA LITERACY IN CREATING A NUTRITION-AWARENESS FAMILY IN AGRICULTURAL COMMUNITIES

ABSTRACT

Fulfillment of nutritional needs is very important, especially for children who are still growing. The impact of meeting nutritional needs that are not appropriate can lead to malnutrition including wasting, stunting, and underweight. This study aims to increase public knowledge about balanced nutrition in children and toddlers. The subjects in this activity were residents in Mojoparon Village, Rembang District, Pasuruan Regency. This location was chosen because the majority of the population are farmers who have not been exposed to much information about good nutrition. The activities carried out included 2 (two) stages, namely 1) literacy description related to balanced nutrition guidelines, 2) stunting consultation. Health education is carried out using lecture and discussion techniques. X banners and leaflets are used to give literacy. The results of the activity showed that the knowledge average pre-test score was 5, while the post-test mean score was 8. The difference between the pre-test and post-test mean scores was 3. It was concluded that literacy can increase people's knowledge about balanced nutrition. Media literacy in creating a nutrition-aware family in agricultural communities is one form of effort to increase agricultural community knowledge about balanced nutrition in children and toddlers.

Keywords: *media literacy; nutrition awareness; agricultural society*

PENDAHULUAN

Pemenuhan kebutuhan gizi sangat penting terutama bagi anak-anak yang masih dalam masa tumbuh kembang. Dampak dari pemenuhan kebutuhan gizi yang tidak tepat dapat menyebabkan terjadinya gizi salah. Menurut *World Health Organization (WHO)* gizi salah adalah kondisi dimana terjadinya defisiensi, kelebihan, dan ketidak seimbangan asupan gizi seseorang (Sitoayu et al., 2021). Gizi salah terdiri dari tiga bentuk. Pertama adalah gizi kurang yang terdiri dari *wasting*, *stunting*, dan *underweight*. Kedua adalah asupan zat gizi mikro yang tidak adekuat seperti kekurangan atau kelebihan vitamin dan mineral dan ketiga adalah *overweight* dan obesitas yang menjadi faktor risiko timbulnya penyakit tidak menular. Gizi salah menyebabkan beban ganda pada suatu negara dimana selain permasalahan gizi kurang yang belum teratasi muncul permasalahan gizi lebih. Gizi salah merupakan permasalahan penting yang perlu menjadi perhatian, karena dapat berdampak pada perkembangan sumber daya manusia (SDM) dan berisiko menghambat pembangunan suatu negara (Hidayah & Marwan, 2020)

Di Indonesia permasalahan gizi salah yang paling menonjol adalah stunting. Menurut *World Health Organization (WHO)* 2018 prevalensi balita stunting di dunia pada tahun 2017 sebesar 151 juta (22%), Indonesia sendiri menempati posisi ketiga di kawasan Asia Tenggara sebesar (36,4%). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018, prevalensi stunting di Indonesia mencapai 12.780 jiwa (42,6 %), sedangkan WHO memberikan batasan untuk stunting adalah <20% (Kemenkes RI, 2018). Selain itu, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan proporsi kelompok umur 6-12 tahun di Indonesia dengan kebiasaan konsumsi makanan berisiko 1 kali per hari adalah konsumsi makanan manis (50,4%), minuman manis (61,86%), makanan asin (31,4%), makanan berlemak/berkolesterol atau gorengan (44,2%), makanan mengandung bumbu penyedap (78,5%). Sedangkan proporsi konsumsi sayur dan buah menunjukkan sebanyak 96,8% dari kelompok umur 6-12 tahun kurang konsumsi sayur buah. Kebiasaan konsumsi makanan berisiko yang berlangsung terus menerus akan meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif dikemudian hari (Rusilanti & Riska, 2021).

Dari hasil wawancara dengan beberapa ibu-ibu petani yang memiliki balita dan anak usia sekolah di Desa Mojoparon Kecamatan Rembang diketahui bahwa ibu-ibu petani belum banyak terpapar mengenai informasi mengenai stunting maupun gizi yang baik dan seimbang, sehingga beberapa dari mereka beranggapan bahwa anak lebih pendek dari usianya disebabkan karena faktor genetik sehingga tidak memerlukan penanganan lebih lanjut. Sebagian besar bayi dan balita di Desa Mojoparon sudah mengikuti kegiatan posyandu, akan tetapi kesadaran dan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang masih sangat rendah.

Sebagian masyarakat Indonesia masih memiliki keyakinan bahwa pemenuhan gizi yang benar adalah sesuai slogan “Empat Sehat, Lima Sempurna”. Padahal slogan tersebut sudah dianggap tidak sesuai dengan pedoman pemenuhan asupan gizi yang tepat (Dewantari et al., 2020). Sehingga dibutuhkan peningkatan pengetahuan masyarakat terkait pemenuhan gizi

yang tepat. Peningkatan pengetahuan salah satunya dapat diperoleh melalui literasi gizi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu-ibu petani mengenai gizi balita melalui optimalisasi literasi media (Putra & Fitri, 2021). Diharapkan ibu-ibu dapat mempraktikkan pemberian gizi yang baik pada anaknya melalui asupan yang sesuai kebutuhan dan seimbang sehingga tercipta keluarga sadar gizi (sadarzi) pada masyarakat pertanian yang mampu mencegah dan mengatasi terjadinya gizi salah pada masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat merupakan kelanjutan dari hasil penelitian yang dilaksanakan KeRis-DiMas Matanada tentang pemetaan faktor-faktor penyebab terjadinya stunting pada wilayah pesisir (Handayani et al., 2022). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berfokus pada tindakan untuk mencegah dan mengatasi terjadinya gizi salah pada anak termasuk stunting. Kegiatan ini berkesinambungan dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan sebelumnya tentang penguatan pengaruh edukasi gizi sebagai upaya peningkatan imunitas selama masa pandemic covid 19 pada masyarakat wilayah pertanian (Nastiti et al., 2022) dan optimalisasi pelaksanaan penerapan protokol kesehatan pencegahan covid-19 pada fase new normal melalui literasi media pada masyarakat tambak Kota Pasuruan (Kusuma et al., 2022). Kegiatan pengabdian kepada masyarakat pertanian juga merupakan salah satu bentuk *caring* perawat terhadap lingkungan di sekitar kita. Dengan berbekal ilmu komunikasi dan promosi kesehatan serta perilaku *caring*, perawat diharapkan mampu memberikan kontribusi dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat (Kusuma et al., 2021). Uraian situasi di atas merupakan dasar mengapa perlu dilakukan optimalisasi literasi media dalam menciptakan keluarga sadar gizi (sadarzi) pada masyarakat pertanian.

METODE

Subjek dalam kegiatan ini adalah warga di Kelurahan Mojoparon Kecamatan Rembang Kabupaten Pasuruan. Lokasi ini dipilih karena mayoritas penduduknya adalah petani dan ibu-ibu petani di wilayah tersebut belum banyak terpapar mengenai informasi mengenai stunting maupun gizi yang baik dan seimbang. Tahap persiapan dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan aparat setempat terkait izin pelenggaraan kegiatan dan mengidentifikasi sumber daya yang diperlukan selama kegiatan. Tahap implementasi dilakukan melalui 2 (dua) kegiatan, meliputi 1) pemberian edukasi kesehatan tentang pedoman gizi seimbang 2) rebug stunting dengan ibu-ibu petani, kader kesehatan, perwakilan dari Kelurahan Mojoparon dan Kecamatan Rembang. Kegiatan literasi kesehatan dilakukan dengan menggunakan metode ceramah dan diskusi. Metode tersebut dipilih karena efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat. Media yang digunakan untuk kegiatana literasi adalah X-banner dan leaflet. Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana materi yang diberikan mampu diserap dan dipahami oleh peserta. Peningkatan pengetahuan peserta tentang gizi yang baik dan seimbang sebelum dan sesudah diberikan materi diukur dengan menggunakan kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini berlangsung selama 1 bulan mulai dari proses persiapan perencanaan proposal sampai dengan pelaksanaannya. Puncak pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 11

Juni 2022. Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa Kelurahan Mojoparon, Kecamatan Rembang, Kabupaten Pasuruan, dan diikuti oleh 25 orang peserta. Kegiatan dibuka oleh MC yang berasal dari mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan. Dilanjutkan dengan sambutan dari Lurah Mojoparon dan perwakilan Dosen dari Prodi D3 Keperawatan Universitas Jember Kampus Kota Pasuruan.

Kegiatan selanjutnya adalah pemberian edukasi kesehatan tentang pedoman gizi seimbang yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang gizi seimbang pada anak dan balita serta meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memilih makanan sehat yang memenuhi gizi seimbang. Metode yang dipilih adalah ceramah dan diskusi. Pemateri memberikan pre-test dan post-test dengan menggunakan kuesioner berisi daftar pertanyaan. Selama berlangsungnya kegiatan, peserta antusias mendengarkan dan aktif berdiskusi. Hal ini terbukti dengan banyaknya peserta yang mengajukan pertanyaan.

Tabel 1.

Rerata Nilai Pre-test dan Post-test

Variabel	Rerata Nilai Pre-test	Rerata Nilai Post-test	Selisih
Pengetahuan tentang gizi seimbang	5	8	3

Tabel 1 menunjukkan bahwa rerata skor peserta saat pre-test adalah 5, sedangkan rerata skor saat post-test adalah 8. Perbedaan rerata skor pre-test dan post-test adalah 3. Hasil ini menunjukkan terjadinya peningkatan pengetahuan peserta yang cukup signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa literasi kesehatan yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan peserta. Hal ini sesuai dengan pernyataan (Setiati & Azwar, 2020) dan (Shalahuddin et al., 2021) dimana metode ceramah sangat efektif untuk mempermudah peserta dalam memahami isi dan materi yang disampaikan.



Gambar 1. Pemateri dan Media Literasi yang Dibagikan kepada Warga



Gambar 2. Diskusi Bersama Warga dan Kader Kesehatan



Gambar 3. Diskusi Bersama Warga dan Kader Kesehatan

Kegiatan kedua yang dilaksanakan adalah rembuk stunting bersama ibu-ibu petani, kader kesehatan, perwakilan dari Kelurahan Mojoparom dan Kecamatan Rembang. Rembuk stunting merupakan salah satu rangkaian pramusyawarah desa untuk penyusunan Rencana Kerja Pemerintah (RKP) Desa tahun 2023, juga menjadi amanat Pemerintah Pusat dan Kabupaten terhadap pemerintah desa agar memprioritaskan penggunaan dana desa tahun 2023 untuk pencegahan dan penanganan stunting. Kegiatan diakhiri pembacaan do'a dan pembagian sembako kepada peserta.



Gambar 4. Rembuk Stunting

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berlangsung dengan baik dan berhasil meningkatkan pengetahuan peserta tentang gizi seimbang. Pemberian literasi tentang pedoman gizi seimbang diharapkan mampu menciptakan keluarga sadar gizi (sadarzi) pada masyarakat pertanian sehingga mampu mencegah dan menurunkan kejadian stunting di wilayah pertanian.

DAFTAR PUSTAKA

Dewantari, N. A., Syafiq, A., & Fikawati, S. (2020). Menuju Literasi Gizi: Komponen Pengetahuan Gizi pada Program Edukasi Gizi Siswa Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(3), 375–386.

- Handayani, D., Kusuma, E., Puspitasari, H., & Nastiti, A. D. (2022). The Factors Affecting Stunting on Toddlers in Coastal Areas. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 7(3), 755–764. <https://doi.org/10.30604/jika.v7i3.967>
- Hidayah, N., & Marwan, M. (2020). Upaya Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menciptakan Generasi Milenial Sadar Gizi Yang Bebas Stunting Melalui Kegiatan 1000 HPK. *Journal of Community Engagement in Health*, 3(1), 86–93. <https://doi.org/10.30994/jceh.v3i1.41>
- Kusuma, E., Nastiti, A. D., Handayani, D., & Puspitasari, R. A. H. (2021). The Relationship Between Nurse Caring Behavior And Anxiety Levels Among Covid-19 Patients. *Nurse and Holistic Care*, 1(2), 82–88. <https://doi.org/10.33086/nhc.v1i2.2309>
- Kusuma, E., Nastiti, A. D., Puspitasari, R. A. H., & Handayani, D. (2022). Optimalisasi Pelaksanaan Penerapan Protokol Kesehatan Pencegahan Covid-19 pada Fase New Normal Melalui Literasi Media pada Masyarakat Tambak Kota Pasuruan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat* 2(1), 43-48.
- Nastiti, A. D., Kusuma, E., Puspitasari, R. A. H., & Handayani, D. (2022). *Penguatan Pengaruh Edukasi Gizi Sebagai Upaya Peningkatan Imunitas Selama Masa Pandemic Covid-19 Pada Masyarakat Wilayah Pertanian*. 2(1), 39-42.
- Putra, A., & Fitri, Y. (2021). Studi Meta Analisis: Efektifitas Pencegahan Stunting Melalui Program Literasi Gizi Menggunakan Pendekatan Pendidikan Keluarga. *Jurnal Obor Penmas: Pendidikan Luar Sekolah*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.32832/oborpenmas.v4i1.4727>
- Rusilanti, & Riska, N. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 8(2), 175–185.
- Setiati, S., & Azwar, M. K. (2020). COVID-19 and Indonesia. *Acta Medica Indonesiana*, 52(1).
- Shalahuddin, I., Rosidin, U., & Purnama, D. (2021). Edukasi Pada Masyarakat Desa Mekarbakti Kecamatan Pamulihan Kabupaten Sumedang Tentang Pentingnya Upaya-Upaya Pencegahan Penularan Penyakit Covid-19. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 4(1), 1–9. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v4i1.3594>
- Sitoayu, L., Lintang, P., Dewanti, A., Rachmadini, N., & Aula, R. (2021). Literasi Digital Pentingnya Gizi Balita Zaman Milenial. *Jurnal Abdimas*, 7(3), 258–263.