



Poltekita: Jurnal Pengabdian Masyarakat

Volume 3 | Nomor 3 | Juli – September 2022

e-ISSN: 2722-5798 & p-ISSN: 2722-5801

DOI: [10.33860/pjpm.v3i3.938](https://doi.org/10.33860/pjpm.v3i3.938)

Website: <http://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/PJPM/>

Upaya Pencegahan Stunting di Masa Pandemi Covid-19 Melalui Edukasi 2P (Pemenuhan Gizi Seimbang dan Pemberian Madu)

Hapzah^{ID}, Yudianti, Rahmat Haji Saeni, Nurbaya^{ID}

Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Mamuju, Mamuju, Indonesia

Email korespondensi: nurbaya.m.gizi@gmail.com



Article history:

Received: 15-02-2022

Accepted: 30-03-2022

Published: 30-07-2022

Kata kunci

stunting;
gizi seimbang;
pandemi;
Covid-19.

Keywords:

stunting;
balance nutrition;
pandemy;
Covid-19.

ABSTRAK

Berdasarkan hasil SSGI 2021 menunjukkan bahwa prevalensi balita stunting di Sulawesi Barat masih cukup tinggi yaitu 33,8%. Gangguan pada sistem pangan dan kesehatan yang diakibatkan oleh pandemi Covid-19 berpotensi semakin memperburuk masalah gizi balita. Salah satu bentuk dukungan sosial kepada masyarakat adalah dengan memaksimalkan sumber daya keluarga melalui peningkatan pengetahuan terkait pencegahan masalah stunting di masa pandemi Covid-19. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan edukasi 2P yaitu pemenuhan gizi seimbang dan pemberian madu. Materi edukasi diberikan dalam bentuk *video slides* melalui *WhatsApp Group*. Sasaran utama kegiatan ini adalah 15 peserta yang terdiri dari kader dan ibu balita yang ada di wilayah kerja Puskesmas Tinambung. Evaluasi dilakukan dalam bentuk tanya jawab dan diskusi dengan peserta. Petugas kesehatan perlu lebih inovatif dalam melakukan promosi kesehatan dan gizi selama masa pandemi seperti rutin menyebarkan pesan gizi melalui pesan *WhatsApp*.

ABSTRACT

Based on the data of SSGI 2021, the prevalence of stunting among under-five children in West Sulawesi is still quite high, namely 40.38%. Disturbances in the food and health systems caused by the Covid-19 pandemic have the potential to further exacerbate nutritional problems among children. One form of social support to the community is to maximize family resources through increasing knowledge related to preventing stunting problems during the Covid-19 pandemic. This community service activity aimed to provide 2P education, namely the provision of balanced nutrition and the Provision of honey. Educational materials are provided in the form of video slides sent via WhatsApp Group. The main targets were 15 participants that consist of cadres and mothers of under five children in the working area of the Tinambung Health Center. Evaluation was carried out in the form of questions and answers and discussions with participants. Health workers need to be more innovative in promoting health and nutrition during the pandemic, such as regularly spreading nutrition messages through WhatsApp messages.



© 2022 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>)

PENDAHULUAN

Sulawesi Barat merupakan provinsi yang memiliki prevalensi balita stunting tertinggi kedua setelah Nusa Tenggara Timur. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi stunting di Sulawesi Barat sebanyak 41,6% (Kemenkes RI, 2018). Meskipun terjadi penurunan prevalensi balita stunting menurut

laporan SSGBI tahun 2019 menjadi 40,38% dan turun menjadi 33,8% menurut SSGI 2021 (Kemenkes RI, 2021; Kemenkes RI & BPS, 2019). Namun angka tersebut masih jauh dari target nasional untuk penurunan stunting.

Pandemi Covid-19 yang terjadi secara global berdampak bukan hanya pada kesehatan secara langsung, namun juga berdampak pada akses ekonomi dan sistem pangan global. Pemerintah telah berupaya mencegah penyebaran penularan Covid-19 melalui pembatasan jarak sosial, pembatasan mobilitas dan penutupan sementara sebagian besar tempat-tempat publik yang dikenal dengan istilah *'lockdown'* atau Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) (Devereux, Béné, & Hoddinott, 2020; Nicola et al., 2020).

Meski demikian, upaya pencegahan penyebaran Covid-19 berimbas pada tatanan sosial dan ekonomi. Penurunan penghasilan keluarga dan adanya pembatasan gerak sosial selama masa pandemi menyebabkan sulitnya akses terhadap pangan (Nurbaya, Chandra, & Ansar, 2020; Pérez-Escamilla, Cunningham, & Moran, 2020; Sina, 2020). Sebelum pandemi, Indonesia bahkan telah mengalami tiga beban malnutrisi (*triple burden of malnutrition*). Indonesia merupakan negara peringkat kelima tertinggi di dunia untuk stunting anak. Dampak ekonomi akibat pandemi serta gangguan pada sistem pangan dan kesehatan berpotensi semakin memperburuk masalah gizi pada ibu dan anak terutama di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah (*low- and middle-income countries*) termasuk Indonesia (Akseer, Kandru, Keats, & Bhutta, 2020; Osendarp et al., 2021).

Sejak merebaknya pandemi Covid-19, ketahanan individu, keluarga dan masyarakat muncul sebagai sumber daya utama dan sebagai garis pertahanan terdepan dalam kesiapsiagaan menghadapi dampak pandemi (Galanakis, 2020). Naja dan Hamadeh menguraikan kerangka aksi multi-level yang dapat dilakukan dalam membantu dan mendukung pemenuhan gizi dari tingkat individu hingga tingkat global. (Aman & Masood, 2020; Naja & Hamadeh, 2020).

Pada tingkat komunitas dan keluarga, hal yang dapat dilakukan adalah dengan menciptakan sistem dukungan sosial (*social support system*) dalam bentuk pemenuhan ketersediaan pangan di tingkat rumah tangga (Devereux et al., 2020). Sejauh ini, pemerintah telah berupaya mendukung keluarga dengan memberikan bantuan sosial berupa bahan pangan pokok, uang tunai atau pemotongan tarif listrik kepada keluarga yang terdampak Covid-19 secara langsung (Zakiyah, Oktavia, Khairiyah, & Iman, 2020).

Dukungan sosial lain yang dapat diberikan kepada masyarakat adalah dengan memaksimalkan sumber daya keluarga melalui peningkatan pengetahuan terkait pencegahan masalah stunting di masa pandemi Covid-19 termasuk pemberian madu. Sebuah *systematic review* menyebutkan bahwa madu berpotensi dalam meredakan gejala batuk tetapi tidak lebih baik daripada penggunaan *dekstrometorfan* (Mijanur Rahman, Gan, & Khalil, 2014). Lebih lanjut penelitian terhadap efek pemberian madu pada balita menunjukkan bahwa ada pengaruh konsumsi madu terhadap perubahan status gizi berdasarkan z-score BB/TB, BB/U, dan BB/U pada balita (Harmiyati, Soejoenoes, Wahyuni M, Aristiati, & Hadisaputro, 2017). Sehingga madu dapat digunakan sebagai alternatif dalam pengobatan batuk selama masa pandemik Covid-19 serta berpotensi pada perbaikan gizi balita. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat melalui edukasi 2P yaitu pemenuhan gizi seimbang dan pemberian madu pada balita sebagai salah satu bentuk *social support* kepada masyarakat.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh Tim Pengabdian Masyarakat Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Mamuju pada bulan September hingga Oktober 2021. Kegiatan ini dilakukan dalam 3 tahap yaitu mulai dari tahap persiapan, tahap edukasi dan yang terakhir tahap evaluasi. Sasaran kegiatan ini adalah kader Posyandu dan ibu balita yang berada di wilayah kerja Puskesmas Tinambung, Polewali Mandar.



Gambar 1. Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat

Pada tahap pertama, tim pengabdian masyarakat melakukan persiapan dan koordinasi dengan kader posyandu mengenai tujuan dan sasaran kegiatan ini. Termasuk membahas persiapan yang diperlukan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Karena situasi pandemi Covid-19 dan Pembatasan Sosial Skala Besar (PSBB) sedang diberlakukan di Sulawesi Barat sehingga koordinasi dilakukan dalam bentuk *videocall* maupun komunikasi via telepon. Begitu pula dengan pelaksanaan kegiatan edukasi dilakukan dalam bentuk *online* melalui aplikasi *WhatsApp Group*.

Pada tahap edukasi, peserta diundang untuk bergabung dalam *WhatsApp Group* yang telah dibentuk untuk memudahkan penyaluran edukasi dan komunikasi antar peserta. Materi dikirimkan melalui *WhatsApp Group* tersebut dalam bentuk *video slides*. Peserta diberikan waktu untuk menyimak dan diberikan waktu diskusi. Setelah pemberian edukasi, tim pengabdian memfasilitasi peserta dalam berdiskusi tentang asupan gizi seimbang yang dapat menambah imunitas serta cara mengatasi masalah gizi. Kegiatan fasilitasi ini dilakukan selama 1 bulan melalui tanya jawab dan diskusi *WhatsApp Group* yang telah dibentuk. Kegiatan evaluasi dilakukan selama kegiatan fasilitasi dalam bentuk tanya jawab terkait materi yang telah diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan peserta dalam melakukan 2P yaitu pemenuhan gizi seimbang dan pemberian madu pada balita selama masa pandemi Covid-19. Karena kegiatan ini dilakukan selama masa pandemi, ketika pembatasan gerak sosial cukup ketat dilaksanakan sehingga kegiatan edukasi ini dilakukan sepenuhnya dalam bentuk daring yaitu melalui media *WhatsApp Group*.

Edukasi tentang 2P (pemenuhan gizi seimbang dan pemberian madu) dilakukan selama 1 hari yaitu pada tanggal 26 September 2020. Sosialisasi ini diikuti oleh 15 orang yang berasal dari kader posyandu dan ibu rumah tangga di wilayah kerja puskesmas Tinambung, Polewali Mandar.

Materi sosialisasi diberikan dalam bentuk *video slides* tentang 2P (Pemenuhan gizi seimbang dan Pemberian madu) yang dibawakan Hapzah, M.Kes. Materi edukasi tersebut antara lain berisi tentang manfaat pemenuhan asupan gizi seimbang untuk menjaga status gizi balita dan makanan yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh, manfaat dan cara pemberian madu pada anak. Menjaga pola makan gizi seimbang selama masa pandemi bukan hanya untuk menjaga kesehatan tubuh dari penularan Covid-19, namun juga untuk mempertahankan status gizi balita dan mencegah terjadinya stunting (Di Renzo et al., 2020; Kemenkes RI, 2020).

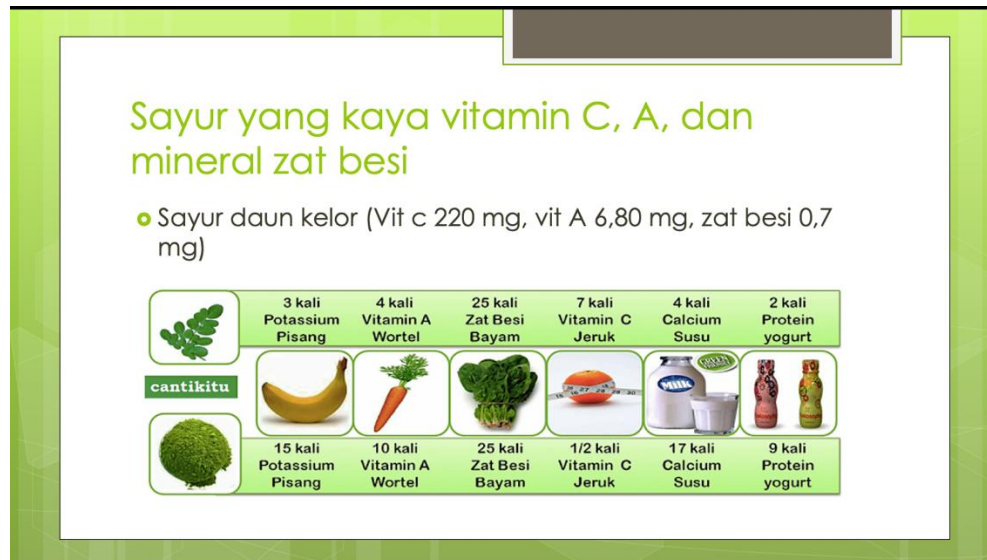


Gambar 2. Materi gizi seimbang selama masa pandemi

Materi lain yang diberikan tentang anjuran untuk meningkatkan asupan sayur dan buah yang kaya akan zat gizi mikro seperti vitamin dan mineral. Asupan vitamin C, vitamin E dan beta-karoten dengan sifat antioksidan dan anti-inflamasi sangat dianjurkan selama masa pandemi hal ini karena kekurangan zat gizi mikro tersebut dikaitkan dengan obesitas dan gangguan respons imun, sehingga membuat lebih rentan terhadap infeksi virus (Di Renzo et al., 2020).

Selain edukasi tentang gizi seimbang, peserta juga diberikan materi tentang manfaat mengonsumsi madu untuk menjaga Kesehatan balita dan anggota keluarga lainnya. Madu bukan hanya mengandung 75% glukosa namun juga zat gizi mineral lainnya seperti kalsium, fosfor, zat besi, sodium dan magnesium yang sangat penting untuk menjaga imunitas tubuh. Bahkan penelitian yang dilakukan oleh Rianti dkk. menunjukkan bahwa pemberian madu pada ibu hamil trimester ketiga dapat meningkatkan kadar Hb sehingga dapat mencegah anemia gizi besi pada ibu (Rianti, Choirunissa, & Rukmaini, 2021).

Berbagai penelitian telah membuktikan bahwa madu memainkan peran potensial melawan beberapa virus. Selain itu, madu bertindak sebagai antagonis faktor pengaktif trombosit (*platelet-activating factor/PAF*) yang melawan Covid-19 sehingga dapat dikatakan bahwa madu memiliki efek protektif terhadap Covid-19 (Hossain et al., 2020). Oleh karena itu tim pengabdian masyarakat memberikan edukasi tentang konsumsi madu selama masa pandemi.



Gambar 3. Materi tentang asupan sayur dan buah selama masa pandemi

Setelah pemberian materi selama 1 hari, tahap selanjutnya adalah tahap fasilitasi. Peserta difasilitasi dengan membuka forum diskusi dan tanya jawab. Peserta diberikan kesempatan untuk bertanya dan mendiskusinya hal-hal terkait pemenuhan asupan gizi seimbang dan hal-hal terkait Covid-19 yang belum mereka ketahui. Kegiatan fasilitasi tersebut berlangsung selama 1 bulan selama September-Oktober 2020.

Selama kegiatan fasilitasi melalui *WhatsApp Group*, peserta antusias bertanya terkait materi. Pada tahap ini juga dilakukan evaluasi. Tim pengabdian masyarakat memberikan pertanyaan tentang gizi seimbang untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta terkait materi yang diberikan. Peserta dapat menjawab secara antusias.

Pemberian edukasi gizi kepada kader posyandu dan ibu balita selama masa pandemi sangat penting. Karena banyak pengetahuan dan informasi terbaru terkait gizi dan pandemi yang belum ketahui atau belum dipahami masyarakat khususnya kader dan ibu balita. Pemberian edukasi selama masa pandemi dapat meningkatkan pengetahuan mereka terkait gizi dan pandemi sehingga mereka dapat melakukan konseling gizi dengan baik kepada para ibu balita (Najdah & Nurbaya, 2022). Selain itu penelitian Rachmah dkk. menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi seimbang terbukti dapat meningkatkan *self-efficacy* individu dalam menerapkan asupan gizi seimbang dalam kehidupan sehari-hari (Rachmah et al., 2021).

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pemberian edukasi dan fasilitasi kepada kader posyandu dan ibu balita merupakan salah satu upaya pencegahan stunting di masa pandemi Covid-19. Peserta terlibat aktif dan lebih paham tentang materi yang diberikan. Hal ini terlihat dari antusiasme peserta dalam bertanya dan berdiskusi pada tahap fasilitasi selama satu bulan. Petugas kesehatan dan pihak terkait perlu lebih kreatif dalam memberikan edukasi di masa pandemi ini di mana pertemuan secara langsung dibatasi. Pemberian materi secara *online* melalui pemberian *video slides* dan diskusi rutin melalui pesan-pesan WhatsApp dapat menjadi salah satu saran promosi kesehatan dan gizi

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis sampaikan kepada peserta yang telah terlibat aktif pada kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terima kasih pula kepada pihak Puskesmas Tinambung yang telah mendukung terlaksananya kegiatan ini meskipun dilakukan secara *online*.

DAFTAR PUSTAKA

- Akseer, N., Kandru, G., Keats, E. C., & Bhutta, Z. A. (2020). Covid-19 pandemic and mitigation strategies: Implications for maternal and child health and nutrition. *American Journal of Clinical Nutrition*, 112(2), 251–256. <https://doi.org/10.1093/ajcn/nqaa171>
- Aman, F., & Masood, S. (2020). How Nutrition can Help to Fight Against Covid-19 Pandemic. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 36(COVID19-S4), 121–123. <https://doi.org/10.12669/pjms.36.COVID19-S4.2776>
- Devereux, S., Béné, C., & Hoddinott, J. (2020). Conceptualising COVID-19's impacts on household food security. *Food Security*, 12(4), 769–772. <https://doi.org/10.1007/s12571-020-01085-0>
- Di Renzo, L., Gualtieri, P., Pivari, F., Soldati, L., Attinà, A., Cinelli, G., ... De Lorenzo, A. (2020). Eating habits and lifestyle changes during COVID-19 lockdown: An Italian survey. *Journal of Translational Medicine*, 18(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12967-020-02399-5>
- Galanakis, C. M. (2020). The Food Systems in the Era of the Coronavirus (Covid-19) Pandemic Crisis. *Foods*, 9(4), 523. <https://doi.org/10.3390/foods9040523>
- Harmiyati, H., Soejoenoes, A., Wahyuni M, S., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2017). The Impact Of Honey on Change in Nutritional Status in Children With Poor Nutrition. *Belitung Nursing Journal*, 3(2), 110–119. <https://doi.org/10.33546/bnj.71>
- Hossain, K. S., Hossain, M. G., Moni, A., Rahman, M. M., Rahman, U. H., Alam, M., ... Uddin, M. J. (2020). Prospects of honey in fighting against COVID-19: pharmacological insights and therapeutic promises. *Heliyon*, 6(12), e05798. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e05798>
- Kemkes RI. (2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan R.I. Retrieved from <http://repository.litbang.kemkes.go.id/3514/>
- Kemkes RI. (2020). Apa Yang Harus Dilakukan Masyarakat Untuk Cegah Penularan Covid-19. *Kemkes RI*, pp. 1–24.
- Kemkes RI. (2021). Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021. In *Kemkes RI*. Jakarta. Retrieved from <https://www.litbang.kemkes.go.id/buku-saku-hasil-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
- Kemkes RI, & BPS. (2019). *Laporan Pelaksanaan Integrasi Susenas Maret 2019 dan SSGBI Tahun 2019*. https://stunting.go.id/?smd_process_download=1&download_id=5219
- Mijanur Rahman, M., Gan, S. H., & Khalil, M. I. (2014). Neurological Effects of Honey: Current and Future Prospects. *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine*, 2014(4), 1–13. <https://doi.org/10.1155/2014/958721>
- Naja, F., & Hamadeh, R. (2020). Nutrition amid the COVID-19 pandemic: a multi-level framework for action. *European Journal of Clinical Nutrition*. <https://doi.org/10.1038/s41430-020-0634-3>
- Najdah, & Nurbaya. (2022). Peningkatan Pengetahuan Kader dan Ibu Balita tentang pemberian Makanan pada bayi dan Anak di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Masyarakat Mandiri (JMM)*, 6(1), 111–120. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jmm.v6i1.6118>
- Nicola, M., Alsafi, Z., Sohrabi, C., Kerwan, A., Al-Jabir, A., Iosifidis, C., ... Agha, R. (2020). The socio-economic implications of the coronavirus pandemic (COVID-19): A review. *International Journal of Surgery*, 78(January), 185–193. <https://doi.org/10.1016/j.ijssu.2020.04.018>

- Nurbaya, Chandra, W., & Ansar. (2020). Perubahan Sistem Pelayanan Makanan pada Usaha Kuliner Selama Masa Pandemi COVID-19 dan Era Kebiasaan Baru di Kota Makassar. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 6(Khusus), 61. <https://doi.org/10.33490/jkm.v6ikhusus.335>
- Osendarp, S., Akuoku, J. K., Black, R. E., Headey, D., Ruel, M., Scott, N., ... Heidkamp, R. (2021). The COVID-19 crisis will exacerbate maternal and child undernutrition and child mortality in low- and middle-income countries. *Nature Food*, 2(7), 476–484. <https://doi.org/10.1038/s43016-021-00319-4>
- Pérez-Escamilla, R., Cunningham, K., & Moran, V. H. (2020). Covid-19 and maternal and child food and nutrition insecurity: a complex syndemic. *Maternal and Child Nutrition*, 16(3), 8–11. <https://doi.org/10.1111/mcn.13036>
- Rachmah, Q., Nindya, T. S., Aji, A. S., Pattimah, S., Rachmah, N., Maulana, N. I., ... Astina, J. (2021). Peningkatan Pengetahuan dan Self-efficacy Upaya Pencegahan Covid-19 Melalui Edukasi Gizi Konvensional. *Media Gizi Indonesia*, 16(3), 273. <https://doi.org/10.20473/mgi.v16i3.273-279>
- Rianti, R., Choirunissa, R., & Rukmaini, R. (2021). Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di BPM Ny "T" Kecamatan Purwadadi Kabupaten Subang. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 148–155. <https://doi.org/10.37012/jik.v13i2.236>
- Sina, P. G. (2020). Ekonomi Rumah Tangga di Era Pandemi Covid-19. *Journal of Management*, 12(2), 239–254. Retrieved from <https://ejournal.undana.ac.id/JEM/article/view/2697>
- Zakiyah, N., Oktavia, L., Khairiyah, F., & Ilman, M. A. (2020). Efektivitas Pelaksanaan Bantuan Sosial dari Pemerintah terhadap Masyarakat Terdampak Covid-19 di Desa Gendongarum Kecamatan Kanor Kabupaten Bojonegoro. *Spirit Publik: Jurnal Administrasi Publik*, 15(2), 97. <https://doi.org/10.20961/sp.v15i2.43501>