

EDUKASI KONSUMSI HARIAN DALAM UPAYA PENINGKATAN STATUS GIZI SISWA SDN 108 DESA TAULAN KEC. CENDANA KAB. ENREKANG

Khaeriyah Adri¹, Trisnawati², Ahmad Mustanir³, Rais Rahmat⁴, Suleha⁵, Haeruddin⁶, Nurzin⁷

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang

²Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang

^{3,4,6}Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang

^{5,7}Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang

email : reekhaeriyah@gmail.com

Abstrak

Prioritas Permasalahan yang diangkat dalam pengabdian ini adalah aspek peningkatan pengetahuan status gizi pada siswa SDN 108 Desa Taulan Kec. Cendana Kab. Enrekang. Tujuan Pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan status gizi Siswa SDN 108 terkait angka konsumsi telur dan Meningkatkan pengetahuan terkait cara pengolahan telur yang nilai gizinya baik. Metode dilakukan dengan tahapan persiapan, pelaksanaan edukasi; selanjutnya dilakukan evaluasi kegiatan PKM. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dengan metode penyuluhan dengan memberikan pre test dan post test sebagai kesimpulan; 1) Adanya peningkatan pengetahuan siswa terkait manfaat konsumsi telur 1 hari 1 telur, 2) Adanya peningkatan pengetahuan siswa terkait cara pengolahan telur agar nilai gizinya baik. Rencana selanjutnya dari kegiatan pengabdian ini adalah koordinasi berlanjut kepada pihak sekolah terkhusus penanggung jawab UKS agar lebih konsen terkait peningkatan berat badan siswa serta koordinasi lanjut kepada pemerintah desa terkhusus petugas kesehatan desa agar pengawasan terkait berat badan anak di daerahnya ditingkatkan dan edukasi terkait manfaat telur dan cara pengolahannya diperluas jangkauannya.

Kata Kunci: Status Gizi, Telur, Cara Pengolahan

Abstract

The priority problem raised in this service is the aspect of increasing knowledge of nutritional status among students at SDN 108 Taulan Village, Kec. Cendana District Enrekang. The aim of this service is to increase knowledge of the nutritional status of SDN 108 students regarding egg consumption rates and increase knowledge regarding how to process eggs with good nutritional value. The method is carried out in stages of preparation, implementation of education; Next, an evaluation of PKM activities is carried out. This service activity is carried out using the counseling method by providing a pre-test and post-test as a conclusion; 1) There is an increase in students' knowledge regarding the benefits of consuming 1 egg per day, 2) There is an increase in students' knowledge regarding how to process eggs so that their nutritional value is good. The next plan for this service activity is continued coordination with the school, especially the person in charge of the UKS, to be more concerned about increasing students' weight, as well as further coordination with the village government, especially village health officers, so that supervision regarding children's weight in their area is increased and education regarding the benefits of eggs and how to its processing scope is expanded.

Keywords: Nutritional Status, Eggs, Processing Methods

PENDAHULUAN

Pemenuhan gizi bagi anak menjadi langkah awal peningkatan Sumber Daya Manusia dimasa mendatang karena status gizi memberi dampak pada kesehatan, produktivitas kerja, dan kecerdasan. Kementerian Kesehatan dalam survei Status Gizi mencatat bahwa prevalensi *stunting* pada anak siswa sekolah sebesar 27,76%(1)

World Health Organization (WHO) memberi toleransi maksimal angka *stunting*, yaitu kurang dari 20%. Sedangkan angka prevalensi *stunting* di Indonesia tercatat masih lebih tinggi dibanding ketetapan WHO. Oleh karena itu, pemerintah telah memberikan perhatian besar terhadap pencegahan *stunting*, melalui Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 42 Tahun 2013 Tentang Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi yang sekarang digantikan menjadi Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan *Stunting* yang bertujuan untuk meningkatkan komitmen pemerintah untuk perbaikan gizi, utamanya penurunan *stunting*, juga

bertepatan dengan satu dekade bergabungnya Indonesia dengan gerakan global Scaling Up Nutrition (SUN)

Berdasarkan Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI), pada tahun 2021, Provinsi Sulawesi Selatan menunjukkan prevalensi balita stunting sebesar 27,4%, dan pada Kabupaten Enrekang sebesar 26,4% (3). Meskipun Kabupaten Enrekang memiliki prevalensi stunting yang lebih rendah dibanding capaian rata-rata provinsi, angka ini masih di atas angka normal yang telah ditetapkan oleh WHO, sehingga masih perlu mendapatkan perhatian khusus dalam upaya peningkatan status gizi anak.

Dalam masa periode perkembangan anak, makanan yang bersumber dari protein hewani memiliki asupan gizi yang tinggi yaitu 1000 HPK. Sumber protein hewani yang dikonsumsi selama masa tumbuh dapat meningkatkan, fungsi kognitif, pertumbuhan serta status gizi anak. Secara jangka panjang, efek mengonsumsi makanan sumber protein hewani yaitu untuk meningkatkan gizi dalam tubuh. Sumber protein dalam makanan yang relatif mudah ditemui dan juga terjangkau dari perspektif harga adalah telur. Telur merupakan sumber makanan yang memiliki banyak kandungan gizi(4).

Secara geografis, Kecamatan Cendana, Kabupaten Enrekang berbatasan dengan dua Kabupaten, yaitu Pinrang dan Sidenreng Rappang. Badan Pusat Statistik Kabupaten Sidenreng Rappang mendata dalam sehari Kabupaten Sidenreng Rappang memproduksi 2 juta telur ayam per hari dan populasi ayam petelur lebih 4 juta ekor. Hal ini menjadikan Kabupaten Sidenreng Rappang sebagai sentra penghasil telur terbesar di Provinsi Sulawesi Selatan bahkan salah satu terbesar di Indonesia Timur(6). Berdasarkan data SSGI Kabupaten Enrekang yang menunjukkan prevalensi stunting yang melebihi angka toleransi maksimal WHO dan lokasi geografisnya yang dekat dengan daerah penghasil sumber protein hewani yaitu Kabupaten Sidenreng Rappang, maka hal ini diharapkan dapat menjadi jembatan pemenuhan gizi anak.

Petugas kesehatan melakukan observasi awal dalam kegiatan Bulan Imunisasi Anak Nasional (BIAN) 2022, diketahui masih cukup banyak siswa SDN 108 Desa Taulan, Kec. Cendana yang masuk kategori kurang berat badan. Hal ini menjadi acuan dalam melakukan pengabdian ini.

METODE

Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah pemberian edukasi terkait pangan hewani yang mudah dijangkau agar dikonsumsi secara rutin minimal 1 hari 1 telur dan cara pengolahan yang benar agar nilai gizinya cukup.

Adapun prosedur pengabdiannya, sebagai berikut:

1. Persiapan
 - a. Melakukan observasi kondisi mitra
 - b. Melakukan pertemuan dengan mitra untuk menggali permasalahan yang sedang dialami
 - c. Melakukan studi literatur terkait solusi pemecahan masalah yang dialami oleh mitra
 - d. Merumuskan pemecahan masalah yang akan dilaksanakan.
 - e. Menyusun rancangan kegiatan yang akan dilaksanakan.
2. Pelaksanaan kegiatan
 - a. Permasalahan
Aspek Peningkatan Pengetahuan
 - b. Tahapan Kegiatan
Hari 1
 1. Pembukaan oleh Kepala Sekolah
 2. *Pre Test*
 3. Penyuluhan terkait manfaat konsumsi 1 hari 1 telur dan cara pengolahan
 4. *Post test*
 - c. Partisipasi Mitra
 1. Menginformasikan terkait pelaksanaan kegiatan kepada sasaran
 2. Membantu proses kegiatan berlangsung kondusif
3. Evaluasi

Kegiatan evaluasi dilaksanakan dengan mengkaji hubungan, kebermanfaatan, efisiensi dan dampak suatu kegiatan dengan tujuan yang ingin dicapai. Monitoring dan evaluasi dimulai dari pemberian sosialisasi kegiatan pengabdian, perencanaan, pelaksanaan dan keberlanjutan program. Ini dilaksanakan untuk memperbaiki kualitas kegiatan pengabdian dan penyesuaian terhadap perencanaan program.

HASIL DAN PEMBAHASAN

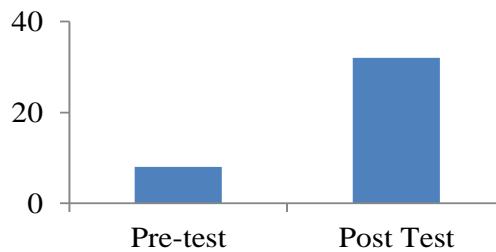
Peningkatan Pengetahuan Siswa Terkait Manfaat Konsumsi Telur

Materi pertama yang diberikan dalam pelaksanaan edukasi adalah tentang pengetahuan siswa mengenai kebutuhan gizi anak dan manfaat telur sebagai sumber protein hewani. Berdasarkan hasil pre-test yang diberikan terlihat bahwa banyak siswa belum memahami asupan apa saja yang dibutuhkan dalam tubuh, darimana saja sumber gizi bisa ditemukan, dan apakah makanan yang dikonsumsi sehari-hari mengandung nilai gizi. Dalam hal ini, lebih difokuskan mengenai manfaat konsumsi telur bagi anak.



Gambar 1. Pelaksanaan Penyuluhan

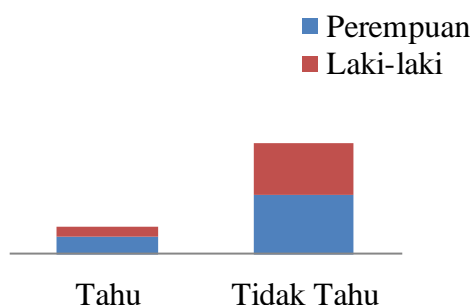
Pemahaman siswa mengenai manfaat konsumsi telur mengalami peningkatan setelah pemberian edukasi. Untuk lebih jelasnya, dapat dilihat pada chart 1:



Gambar 2. Pemahaman siswa mengenai manfaat konsumsi telur

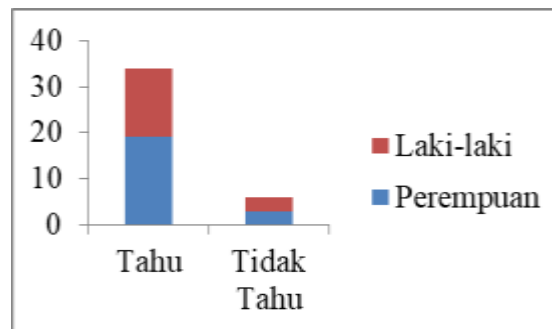
Berdasarkan data pada chart 1, dapat dilihat bahwa peningkatan pemahaman siswa mengenai manfaat konsumsi telur meningkat. Hasil edukasi dan observasi yang telah dilakukan menunjukkan bahwa siswa mulai memahami kebutuhan gizi, sumber gizi, terkhusus manfaat telur sebagai sumber protein hewani. Siswa juga telah mengenali beberapa manfaat dan gizi yang terkandung dalam makanan keseharian mereka.

Sebelum melaksanakan edukasi dan sosialisasi terkait kebutuhan gizi dan manfaat telur sebagai sumber protein hewani, siswa hanya menganggap telur sebagai makanan biasa yang sering disediakan oleh orang tua mereka di rumah. Hal ini sesuai dengan penelitian Pengaruh Konsumsi Telur dan Cara Pengolahannya [5] Hal ini terlihat dari data pre-test pada chart



Gambar 3. Respon siswa terkait manfaat konsumsi telur (*pre-test*)

Data pada chart 2 menampilkan bahwa sebagian besar siswa tidak mengetahui manfaat konsumsi telur. Kurangnya pemahaman siswa terkait sumber gizi dan manfaat konsumsi harian menjadi penyebab sehingga siswa kurang peduli dengan asupan makanan yang mereka makan sehari-hari. Setelah pemberian edukasi, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa mengenai manfaat konsumsi telur, yang dapat dilihat pada chart 3

Gambar 4. Respon siswa terkait manfaat konsumsi telur (*post-test*)

Data pada chart 3 menunjukkan bahwa setelah pelaksanaan sosialisasi dan edukasi terkait manfaat konsumsi telur, sebagian besar siswa telah mengetahui manfaat dalam mengkonsumsi 1 telur 1 hari.

Setelah pemberian edukasi mengenai manfaat telur, siswa juga diberi pemahaman tentang cara pengolahan telur agar nilai gizinya baik. Meskipun pengolahan telur dalam konsumsi harian siswa tidak mengalami banyak modifikasi, namun pengetahuan siswa terkait pengolahan telurpun semakin meningkat. Hal ini terlihat dalam proses tanya jawab kepada siswa.

SIMPULAN

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan pengabdian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan siswa terkait manfaat konsumsi 1 telur 1 hari. Selain itu, siswa juga mengalami peningkatan pengetahuan terkait cara pengolahan telur agar nilai gizinya baik

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih pelaksana haturkan kepada seluruh pihak yang telah berkontribusi untuk membantu menyukseskan kegiatan ini. LP3M Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang, Mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Sidenreng Rappang Posko Desa Taulan dan Terkhusus kepada SDN 108 Desa Taulan

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Badan Penelitian dan Pengembangan. Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas [Internet]. Vol. 110,
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. 1689–1699 p. Available from: <http://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3658>
- Khaeriyah Adri*, Mardhatillah, Pratiwi Ramlan, Zulkarnain Sulaiman, Sunandar Said, Devy Febriant, "Pengaruh Angka Konsumsi Telur Dan Cara Pengolahan," JURNAL KESEHATAN, pp. 191 -19, 2023.
- Riskesdas. (2018). Laporan Riskesdas Kementrian Kesehatan Republik Indonesia [Internet]. Vol. 53, Laporan Nasional Riskesdas 2018. 2018. p. 154–65. Available from:
- Keputusan Menteri Kesehatan. KMK RI no 4829 tahun 2021. 2021;(1635).
- Z. Wulandari, I. I. Arief. Review (2018). Tepung Telur Ayam: Nilai Gizi, Sifat Fungsional dan Manfaat. J Ilmu Produksi dan Teknol Has Peternak ;10(2):62–8.
- Mardhatillah M, Sulaiman Z, Adri K, Febrianti D, Sunandar S (2022). Feeding Practice with Preventing Stunting on Keluarga Harapan Program Recipients in Pangkajene and Islands Districts. J Matern Child Heal;7(1):82–9.
- Statistik BP. Data dan Informasi Kemiskinan Kabupaten Sidenreng Rappang 2020. 2020;