

Pelayanan Kesehatan dan Revitalisasi Pemenuhan Gizi di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Masyarakat Dusun Sidorejo, Bantul

Health Services And Nutrition Fulfillment Revitalization In The Covid-19 Pandemic In The Community Of Dusun Sidorejo, Bantul

¹Anindita Imam Basri, ²Prima Rosyada, ³Titik Nurrohmah, ⁴Prasetiono Nugroho, ⁵Valsa Ayunda Tisya

¹Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis, Universitas PGRI Yogyakarta

Korespondensi: V.A. Tisya, valsayundatisya@gmail.com

Naskah Diterima: 2 September 2021. Disetujui: 26 Januari 2022. Disetujui Publikasi: 19 Juli 2022

Abstract. Nutrition plays a vital role in fulfilling the quality of health of each individual. In Indonesia, many cases of nutritional problems are experienced by various groups of people, so it is necessary to realize community empowerment, especially in rural areas. The targets in service activities include the elderly and the elderly. The community service program is carried out in Sidorejo Hamlet, RT 06, Ngestiharjo Village, Kasihan District, Bantul Regency, which generally aims to develop the mindset of the importance and healthy lifestyle of the community, as well as improve the quality of public health. The methods used are observation, interviews, focus group discussions, public education in counseling, discussion, and question and answer. The implementation of community service activities showed an increase in the knowledge and understanding of the participants in each material indicator. Implicitly, this community empowerment program has succeeded in improving the quality of human resources in Dusun Sidorejo RT 06 because the community can be more aware of the importance of nutrition and how to improve or fulfill optimal nutrition.

Keywords: *Health, revitalization, nutrition, pandemic, society.*

Abstrak. Gizi berperan vital dalam pemenuhan kualitas kesehatan setiap individu. Di Indonesia, banyak kasus permasalahan gizi yang dialami oleh berbagai kalangan masyarakat, sehingga diperlukan realisasi pemberdayaan masyarakat, terutama di wilayah pedesaan. Sasaran dalam kegiatan pengabdian meliputi kalangan orang tua dan lansia. Program pengabdian masyarakat dilakukan di Dusun Sidorejo RT 06, Kelurahan Ngestiharjo, Kecamatan Kasihan, Kabupaten Bantul yang secara umum bertujuan untuk mengembangkan pola pikir pentingnya dan pola hidup sehat masyarakat, serta meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Metode yang digunakan yaitu observasi, wawancara, *focus group discussion*, pendidikan masyarakat berupa penyuluhan, diskusi, dan tanya jawab. Hasil pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman par peserta di setiap indikator materi. Secara implisit, program pemberdayaan masyarakat ini telah berhasil meningkatkan kualitas sumber daya manusia di Dusun Sidorejo RT 06, sebab masyarakat dapat lebih menyadari pentingnya gizi dan cara perbaikan atau pemenuhan gizi yang optimal.

Kata Kunci: *Kesehatan, revitalisasi, gizi, pandemi, masyarakat.*

Pendahuluan

Seluruh penjuru dunia dihebohkan dengan munculnya virus jenis coronavirus baru yaitu Corona Virus Disease atau Covid-19 yang pertama kali ditemukan di Wuhan, Hubei, China (Hui dkk., 2020). Hingga saat ini, kasus Covid-19 di Indonesia pun masih menunjukkan tren meningkat. Wibowo (2021) memaparkan bahwa per tanggal 15 April 2021, jumlah kasus positif Covid-19 yang terkonfirmasi di Indonesia kini telah mencapai 1.589.359 kasus. Sebuah fenomena krusial ini mampu membawa sebuah perubahan yang masif dalam tatanan kehidupan masyarakat, bangsa, dan negara karena memberikan sebuah implikasi yang sangat besar dalam berbagai aspek kehidupan manusia.

Secara komprehensif, ketiga aspek vital yang patut diperhatikan yaitu aspek kesehatan, ekonomi dan sumber daya manusia. Pengaruh Covid-19 terhadap kesehatan dan ekonomi telah mudah diamati oleh berbagai ahli dan kalangan masyarakat, seperti lesunya perekonomian nasional, tingkat perekonomian masyarakat yang semakin terpuruk, daya jual beli produk menurun serta meningkatnya jumlah kasus Covid-19. Namun, dominan masyarakat masih belum menyadari bahwa Covid-19 juga mampu mempengaruhi kualitas sumber daya manusia. Suhariyanto selaku Kepala Badan Pusat Statistik menyatakan bahwa pembangunan manusia di Indonesia telah dipengaruhi oleh pandemi Covid-19. Hal ini ditunjukkan dengan pertumbuhan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Indonesia sangat melambat dibandingkan dengan tahun-tahun sebelumnya. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik per tanggal 15 Desember 2020, Indeks Pembangunan Manusia (IPM) Indonesia hanya meningkat sebesar 0,03 persen menjadi 71,94 atau hanya meningkat sebesar 0,02 poin dari tahun sebelumnya. United Nation Development Programme (UNDP) melaporkan bahwa Indonesia pada tahun 2020 menempati posisi ke 107 dari 189 total negara yang disurvei (Citradi, 2020). Data-data aktual tersebut membuktikan bahwa kuantitas dan kualitas sumber daya manusia Indonesia masih kurang.

Untuk merealisasikan harapan membangun kesatuan sumber daya manusia yang unggul, maka faktor yang perlu diperhatikan yaitu faktor sosial ekonomi, seperti keterpurukan ekonomi dan minimnya pengetahuan terkait gizi (Akbar & Aidha, 2020). Terlebih lagi pandemi Covid-19 telah menyebabkan penurunan pendapatan masyarakat, sehingga sulit mengkonsumsi ataupun membeli bahan pangan untuk memenuhi gizi seimbang. Selain itu, maraknya kasus gizi buruk yang ada disebabkan oleh pemahaman dan kesadaran masyarakat terkait pentingnya menjaga pola hidup dan mengatur asupan gizi masih kurang (Sugihantono, 2014).

Adanya kasus permasalahan gizi tersebut bertolak belakang dengan fakta bahwa status kesehatan dan gizi yang optimal merupakan penentu bagi proses maupun hasil pengembangan kapasitas individual (Departemen Kesehatan RI, 2010). Salah satu indikatornya yaitu pemenuhan gizi yang seimbang. Zat gizi merupakan sebuah zat kimia tubuh yang berfungsi untuk menghasilkan energi, membangun, memelihara jaringan serta mengatur proses-proses jaringan tubuh (Almatsier, 2009). Gizi sangat penting untuk proses perkembangan, pertumbuhan dan pembentukan energi manusia, sehingga dapat melakukan berbagai aktivitas dalam keseharian secara optimal. Berkaitan dengan upaya pencegahan Covid-19, maka gizi seimbang juga memiliki peran vital bagi pola hidup manusia karena dengan mengkonsumsi gizi seimbang, masyarakat dapat menjaga kesehatan sehingga virus tidak mudah masuk ke dalam tubuh dan dapat memutuskan rantai penyebaran virus. Masyarakat sangat membutuhkan tingkat gizi dan status gizi yang optimal. Artinya seseorang perlu mengkonsumsi asupan makanan bergizi yang cukup dan seimbang secara kontinuitas. Status gizi yang baik atau status gizi yang optimal merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan pembangunan

kesehatan yang pada dasarnya adalah bagian yang tak terpisahkan dari pembangunan nasional secara keseluruhan (Setyowati, 2015) .

Akan tetapi berdasarkan kondisi aktual di masyarakat, ditemukan berbagai permasalahan gizi di Indonesia yaitu *triple burden of malnutrition* yaitu obesitas (kelebihan gizi), *stunting* (kekurangan gizi), dan defisiensi mikronutrien (kekurangan zat mikro seperti mineral dan vitamin) (Sari, 2021). Menurut UNICEF pada tahun 2020, permasalahan gizi di Indonesia sebelum pandemi Covid-19 sudah tinggi. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 mencatat sebesar 10,1% balita kekurangan gizi dan 7,6% balita kelebihan gizi. Prevalensi *stunting* atau kekerdilan pada anak berusia 0-59 bulan mencapai 30,8% dan *wasting* atau kurus pada anak usia 0-59 tahun sebesar 10,2% (Kemenkes RI, 2018). Pentingnya upaya mereduksi permasalahan *stunting* pada anak-anak dikarenakan *stunting* akan mempengaruhi kualitas sumber daya manusia. *Stunting* mengindikasikan adanya kegagalan proses tumbuh kembang anak (Citrakesumasari dkk., 2020). Bertolak dari hal tersebut, prevalensi *stunting* di Indonesia justru termasuk dalam kategori sangat tinggi menurut WHO, karena 28 dari 34 provinsi menunjukkan prevalensi *stunting* lebih dari 30% (WHO 2018). Hal krusial lain yang perlu disoroti adalah adanya prevalensi *stunting* di pedesaan yaitu sebesar 40% yang jauh lebih tinggi daripada wilayah perkotaan dengan persentase sebesar 31%, serta kelompok dengan pendapatan rendah memiliki prevalensi *stunting* yang jauh lebih besar dibandingkan dengan kelompok pendapatan tinggi (Bappenas, 2019). Berbagai kasus aktual tersebut patut dijadikan sebuah refleksi bahwa edukasi peningkatan gizi anak-anak sangat perlu direalisasikan sebagai program pemberdayaan masyarakat.

Selain itu, masalah gizi juga dihadapi oleh kalangan remaja yaitu defisiensi mikronutrien seperti anemia dengan prevalensi sebesar 22,7% (Kemenkes RI, 2018). Khususnya bagi kaum perempuan atau ibu yang memiliki berat badan kurang beresiko untuk memiliki bayi dengan pertumbuhan intra-uterus yang terhambat dan bayi lahir dengan berat badan rendah serta risiko paling riskan yaitu risiko kematian (Black dkk., 2013). Rendahnya berat badan bayi yang lahir akan bertendensi mengalami malnutrisi atau kekurangan gizi selama masa pertumbuhan anak. Di sisi lain, implikasi negatif dari obesitas yaitu sekitar 2,6 juta orang meninggal setiap tahunnya beresiko mengalami diabetes pada saat mencapai usia dewasa (Bjerregaard dkk., 2018), serta penyakit kardiovaskular (Litwin, 2014).

Permasalahan gizi masyarakat dapat membawa dampak jangka panjang dan bersifat lebih kompleks. Hal ini dikukuhkan dengan adanya prediksi bahwa kasus kekurangan gizi dan *stunting* akan berpengaruh terhadap perekonomian negara yaitu dengan menyebabkan kerugian lebih dari US\$ 5 miliar per tahun bagi Indonesia atau dengan kata lain mengurangi 2-3% Produk Domestik Bruto (PDB), sebab menurunnya produktivitas yang dikarenakan kemampuan fisik yang menurun dan standar pendidikan yang buruk (Bappenas, 2018). Dengan demikian, sangat penting bagi masyarakat untuk lebih memperhatikan dan menjaga kesehatan agar terhindar dari malnutrisi dan risiko kekurangan gizi.

Oleh karena itu, tindakan awal sebagai upaya preventif dari malnutrisi yaitu pengadaan pengecekan kesehatan bagi masyarakat umum. Melalui pengecekan kesehatan, masyarakat bisa mengetahui kondisi kesehatannya dan hasil tersebut akan berpengaruh terhadap pola pemenuhan gizi dan pola hidup yang dilakukan oleh masyarakat (Laswati, 2019). Pemenuhan gizi yang seimbang akan mendukung pola hidup sehat, karena dapat mencegah dari berbagai penyakit dan mengurangi resiko semakin parahnya penyakit yang diderita masyarakat (Masrikhiyah, 2020).

Edukasi membantu masyarakat dalam manajemen perbaikan asupan zat gizi dan kebiasaan pola makan dirasa sangat penting sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat. Edukasi gizi penting untuk meningkatkan pengetahuan, perilaku dan sikap terhadap gizi (Kartini dkk., 2022). Anisa dkk. (2017) turut

memaparkan bahwa mengembangkan kemampuan (*capacity building*) masyarakat sangat penting dalam upaya penanggulangan masalah gizi, baik kemampuan teknis maupun kemampuan manajemen. Setelah dilakukannya sosialisasi diharapkan dapat memberi solusi terkait permasalahan kesehatan yang berhubungan dengan pola hidup dalam pemenuhan gizi seimbang, karena menunjang dalam meningkatkan kesehatan dan produktivitas masyarakat (Mardiyanto dkk., 2019).

Berbagai hal tersebut mendorong inisiatif bagi pengabdian untuk merealisasikan kegiatan pengabdian masyarakat di Dusun Sidorejo, RT 06, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul, Yogyakarta. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang melalui beberapa proses sistematis yang meliputi: 1) Identifikasi permasalahan Dusun Sidorejo RT 06 secara keseluruhan, 2) Identifikasi permasalahan mitra, 3) Identifikasi solusi relevan yang didasarkan hasil pertimbangan identifikasi permasalahan desa dan identifikasi permasalahan mitra. Hal ini ditujukan untuk mendapatkan solusi yang sesuai dengan permasalahan ataupun kebutuhan mitra.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang dilakukan di lokasi masih minimnya kesadaran masyarakat sekitar terhadap pentingnya menjaga pola hidup dan asupan gizi. Hal ini dibuktikan dengan adanya permasalahan gizi yang dialami oleh berbagai kalangan masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja, dewasa, bahkan lansia. Sebagian anak-anak di Dusun Sidorejo, RT 06, Ngestiharjo mengalami *stunting* dan obesitas, kemudian sebagian remaja dan kalangan lansia mengalami permasalahan malnutrisi. Merujuk kepada permasalahan mitra tersebut, sangat penting untuk mengadakan revitalisasi pemenuhan gizi masyarakat. Hal ini dikarenakan upaya preventif ataupun promotif diperlukan agar masyarakat terhindar dari berbagai penyakit dan kesehatan masyarakat dapat meningkat ((Taslim dkk., 2018).

Revitalisasi dapat berperan sebagai upaya menghidupkan kembali kesadaran dan kemauan masyarakat untuk memenuhi gizi yang optimal. Hal ini bersifat vital karena mempengaruhi kualitas dan kuantitas sumber daya manusia, terutama di wilayah pedesaan. Oleh karena itu, solusi yang ditawarkan yaitu: 1) Penyuluhan atau sosialisasi dengan topik pentingnya gizi seimbang sebagai dasar penanaman pengetahuan dan pemahaman masyarakat bahwa gizi seimbang sangat diperlukan untuk mencapai standar kesehatan yang optimal, 2) Pengecekan kesehatan gratis, sebagai upaya preventif dan persuasif bagi masyarakat untuk memenuhi gizi optimal. Adapun sasaran dari sosialisasi yang dilakukan meliputi kalangan orang tua dan lansia yang berada di RT 06 Dusun Sidorejo.

Adapun tujuan dari realisasi pengabdian kepada masyarakat di Dusun Sidorejo RT 06 Ngestiharjo Kasihan Bantul, dengan sasaran atau target pengabdian, yaitu Masyarakat Dusun Sidorejo, adalah sebagai berikut: 1) Memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang pentingnya gizi kepada masyarakat terlebih dalam kondisi pandemi saat ini. 2) Memfasilitasi masyarakat untuk memperoleh edukasi tentang gizi, 3) Membantu masyarakat untuk membantu proses penyembuhan penyakit dan perbaikan gizi, serta membantu masyarakat untuk memahami penyebab terjadinya masalah kesehatan dan gizi yang dihadapi. 4) Meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. manfaat yang diharapkan dari realisasi pengabdian kepada masyarakat di Dusun Sidorejo RT 06 Ngestiharjo, Kasihan, Bantul dengan sasaran atau target pengabdian yaitu Masyarakat adalah sebagai berikut: 1) Meningkatkan kualitas sumber daya manusia Dusun Sidorejo RT 06 Ngestiharjo. 2) Meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pentingnya gizi seimbang. 3) Terbentuknya sikap positif terhadap gizi, terbentuknya pengetahuan tentang gizi, adanya motivasi untuk mengetahui lebih lanjut tentang hal-hal yang berkaitan dengan gizi, terjadinya perubahan perilaku yang lebih baik.

Metode Pelaksanaan

Tempat dan Waktu. Program realisasi pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam satu waktu pada tanggal 25 Februari 2021 pada pukul 15.30-18.00 WIB di Rumah Bapak Ipung salah satu rumah warga Dusun Sidorejo RT 06 Ngestiharjo, Kasihan, Bantul.

Khalayak Sasaran. Target atau sasaran pengabdian yaitu bapak-bapak, ibu-ibu, dan lansia Dusun Sidorejo RT 06 Ngestiharjo Kasihan Bantul. Kalangan para orang tua ditargetkan sebagai sasaran pengabdian masyarakat karena diharapkan edukasi yang diberikan akan meningkatkan pentingnya gizi untuk mencapai pemenuhan gizi seimbang yang optimal. Selain itu, sasaran pengabdian yaitu kalangan orang tua dipilih karena diharapkan para orang tua juga dapat mengerti dan menyadari pentingnya pemenuhan gizi pada anak-anak. Sedangkan pemilihan khalayak sasaran para lansia, karena masih ditemukan banyak lansia yang mengalami permasalahan gizi.

Metode Pengabdian. Metode pelaksanaan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini bertumpu pada beberapa alur tahapan, yaitu antara lain: :

1) Tahap Persiapan

Untuk tahap persiapan, permasalahan dan kebutuhan mitra diidentifikasi sebagai bahan pertimbangan solusi yang akan ditawarkan kepada mitra. Setelah itu, tim pengabdian membentuk tim PKM, menyusun proposal, pengadaan koordinasi dengan mitra serta membuat bahan sosialisasi.

2) Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi 2 kegiatan, yaitu kegiatan pengecekan kesehatan gratis dan sosialisasi peningkatan gizi. Adanya pengecekan kesehatan gratis ditujukan sebagai sarana dan fasilitas peningkatan kesehatan masyarakat. Di samping itu, edukasi peningkatan gizi bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan wawasan terkait pentingnya gizi hingga cara pemenuhan gizi seimbang. Untuk tahap pelaksanaan, pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan menggunakan beberapa metode, yaitu penyuluhan, diskusi, dan tanya jawab.

3) Tahap Evaluasi Program

Tahapan ini bertujuan untuk mengetahui dan membandingkan tingkat pengetahuan mitra sebelum dan sesudah pelaksanaan program. Hal ini dilakukan melalui pengadaan *pra test* dan *post test* lewat kuesioner.

4) Tahap Pelaporan.

Setelah program terlaksana, tim pengabdian melakukan pelaporan sebagai bahan dokumentasi dan pertanggungjawaban atas pelaksanaan program.

Indikator Keberhasilan. Program ini dikatakan berhasil apabila terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta sebesar minimal 30% setelah sosialisasi diadakan. Nilai persentase untuk *pra test* dan *post test* dihitung berdasarkan jumlah peserta (n) yang telah berhasil menjawab kuesioner dengan tepat.

Metode Evaluasi. Evaluasi program dilakukan menggunakan kuesioner. Evaluasi program dilakukan untuk mengetahui hasil dari pelaksanaan program, sekaligus sebagai tolak ukur keberhasilan kegiatan. Evaluasi ini dilakukan dengan cara membandingkan tingkat pengetahuan mitra antara sebelum dan sesudah program dilaksanakan.

Hasil dan Pembahasan

A. Kegiatan Pengecekan Kesehatan Gratis Bagi Masyarakat

Kegiatan pengecekan masyarakat secara gratis dilakukan pada tanggal 25 Februari 2021, pukul 15.30 sampai 16.00 WIB. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di rumah Bapak Ipung di Sidorejo RT 06, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul. Kegiatan ini dihadiri oleh 10 orang yang terdiri dari kalangan orang tua dan

lansia. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan sebagai sarana atau layanan kesehatan bagi masyarakat setempat untuk mengetahui kondisi kesehatan dan sekaligus menjadi indikasi atas adanya gangguan kesehatan. Terlebih lagi di masa pandemi Covid-19, para masyarakat perlu pemantauan kondisi kesehatan, karena masyarakat harus memiliki sistem imunitas yang baik dan kuat untuk mencegah penularan Covid-19. Imunitas seseorang dipengaruhi oleh asupan gizi seimbang yang membangun kondisi prima individu. Selain itu, pengabdian masyarakat ini juga mempermudah masyarakat untuk mendapatkan layanan kesehatan sebab selama pandemi, pemerintah Indonesia telah memberlakukan masa Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat atau yang biasa disebut dengan PPKM, sehingga mengurangi mobilitas masyarakat.



Gambar 1. Kegiatan pelaksanaan pengecekan kesehatan gratis

Dari hasil pengecekan kesehatan tersebut masyarakat bisa mengetahui kondisi kesehatannya, hasil tersebut berpengaruh pada pola pemenuhan gizi dan pola hidup yang dilakukan oleh masyarakat (Laswati, 2017). Setelah dilakukannya sosialisasi diharapkan dapat memberi solusi terkait permasalahan kesehatan yang berhubungan dengan pola hidup dalam pemenuhan gizi seimbang, karena menunjang dalam meningkatkan kesehatan dan produktivitas masyarakat (Mardiyanto & Putri, 2019). Pola hidup sehat didukung pemenuhan gizi yang seimbang, karena mencegah dari berbagai penyakit yang dapat merugikan dan mengurangi resiko semakin parahnya penyakit yang diderita oleh masyarakat (Masrikhiyah dkk., 2020).

B. Kegiatan Sosialisasi Pentingnya dan Pemenuhan Gizi

Program pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 25 Februari 2021 pada pukul 16.15-17.30 WIB di Rumah Bapak Ipung, salah satu rumah warga Dusun Sidorejo RT 06 Ngestiharjo, Kasihan, Bantul. Edukasi pentingnya dan pemenuhan gizi seimbang ini dihadiri oleh kalangan orang tua dan lansia Dusun Sidorejo RT 06 Ngestiharjo, Kasihan, Bantul dengan total 10 peserta, hal ini dikarenakan masa pandemi membatasi masyarakat dalam kegiatan sosial seperti ini. Penyaji adalah narasumber ahli gizi RSUD Panembahan Senopati Bantul, yaitu Ibu Prima Rosyada, A.Md., Gizi.

Kegiatan sosialisasi dimulai dengan sambutan-sambutan dan dilanjutkan dengan penyebaran kuesioner. Peserta diberikan durasi 10 menit untuk mengisi kuesioner yang berisi pertanyaan seputar gizi. Setelah kuesioner dikumpulkan, pemaparan materi sosialisasi dimulai pada pukul 16.30 WIB. Materi-materi yang dijelaskan oleh narasumber yaitu pentingnya gizi seimbang, komposisi gizi seimbang, masalah kesehatan yang disebabkan malnutrisi, dan cara memenuhi gizi

seimbang. Para peserta saling menyimak dengan seksama dan berpartisipasi aktif selama kegiatan sosialisasi berlangsung. Setelah pemaparan materi usai, para peserta diberikan kesempatan tanya jawab atau konsultasi. Beberapa pertanyaan diajukan oleh peserta dan setiap pertanyaan pun dijawab oleh narasumber dengan jelas. Kemudian, agenda selanjutnya yaitu evaluasi program, dengan cara membagikan kembali kuesioner kepada peserta untuk menguji tingkat pemahaman atau pengetahuan peserta setelah sosialisasi.



Gambar 2. Penyampaian materi sosialisasi oleh tim pengabdian



Gambar 3. Penyampaian materi kepada para peserta

C. Keberhasilan Kegiatan

Keberhasilan kegiatan ini ditunjukkan melalui adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman para peserta dari setiap indikator materi yang telah disampaikan. Melalui evaluasi program, dapat disimpulkan bahwa program sosialisasi gizi ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta terhadap setiap materi yang disampaikan. Berikut merupakan tabel dan pembahasan ringkas atas pencapaian sosialisasi gizi yang termuat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pencapaian Sosialisasi Pemenuhan Gizi di Masa Pandemi

No.	Indikator	<i>Pre-test</i>	<i>Pra-test</i>
1.	Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya gizi seimbang	40%	100%
2.	Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai komposisi gizi seimbang	20%	100%
3.	Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai masalah kesehatan yang disebabkan malnutrisi	50%	100%
4.	Peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai cara memenuhi gizi seimbang	40%	100%

Berdasarkan hasil pencapaian target luaran yang telah termuat dalam tabel 2, indikator pertama menunjukkan bahwa sebelum mengikuti sosialisasi, hanya sebesar 40% peserta yang memahami pentingnya pengetahuan tentang gizi seimbang. Sebagian besar peserta belum mengerti bahwa gizi seimbang sangat menentukan kualitas kesehatan seseorang dalam jangka pendek maupun panjang. Gizi seimbang berperan penting dalam meningkatkan daya imunitas tubuh (Ramadhani & Khofifah, 2021) dan memperkecil kemungkinan timbulnya infeksi ataupun penyakit kronis (Lidia dkk., 2020). Di sisi lain, kondisi pandemi Covid-19 juga mengharuskan masyarakat untuk berusaha memperkuat sistem kekebalan tubuh dengan mengonsumsi makanan yang bergizi dalam jumlah yang mencukupi kebutuhan. Selain itu, Ulfani dkk. (2011) juga memaparkan bahwa pada intinya gizi dapat berdampak terhadap kemampuan kognitif, kemampuan belajar, dan kematian anak. Artinya, pengabdian menanamkan pemahaman bahwa peran penting gizi seimbang tidak hanya menyasar kepada kalangan dewasa, namun juga tertuju kepada kalangan anak-anak ataupun remaja. Setelah sosialisasi, sebesar 100% atau seluruh peserta mampu memahami peran penting dari gizi seimbang.

Selain itu, hanya sebesar 20% peserta yang mengetahui komposisi gizi seimbang. Artinya, dominan peserta masih belum mengetahui bahwa tubuh membutuhkan gizi seimbang dengan porsi masing-masing sesuai usia dan berat. Komposisi gizi seimbang setiap individu terdiri dari kelompok air, karbohidrat, sayur dan buah, protein, dan mineral. Secara lebih detailnya, berikut komposisi dalam tumpeng gizi seimbang untuk setiap hari, yaitu : air minimal delapan gelas, karbohidrat 3-8 porsi, sayuran 3-5 porsi, buah-buahan 2-3 porsi, protein nabati 2-3 porsi, protein hewani 2-3 porsi, dan minyak, gula, dan garam secukupnya (Kementerian Kesehatan, 2014). Masing-masing rincian komposisi setiap porsi dan kelompok gizi yang bersumber dari data publikasi Kementerian Kesehatan pun telah ditampilkan. Dengan pemaparan yang telah terperinci, akhir sesi sosialisasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta terkait komposisi gizi seimbang yang harus dipenuhi, yaitu sebesar 90% peserta telah berhasil memahaminya.

Pengetahuan awal masyarakat sebelum sosialisasi mengenai masalah kesehatan yang disebabkan malnutrisi masih tergolong rendah yaitu sebesar 50%. Banyak masyarakat yang pada realitanya tidak mengetahui bahwa permasalahan gizi dapat mengakibatkan yaitu obesitas (kelebihan gizi), stunting (kekurangan gizi), dan defisiensi mikronutrien (kekurangan zat mikro seperti mineral dan vitamin) (Sari, 2021). Di samping itu, peserta juga tidak tahu bahwa ketiga permasalahan gizi tersebut juga dapat mempengaruhi kondisi kesehatan tubuh yang lebih buruk lainnya. Setelah sosialisasi, seluruh peserta dapat meningkatkan pemahamannya mengenai berbagai macam permasalahan kesehatan sebagai akibat malnutrisi, hal ini ditunjukkan dengan persentase indikator setelah sosialisasi meningkat menjadi 100%.

Selain itu, sebesar 40% peserta yang pada awalnya tidak mengetahui cara memenuhi gizi seimbang telah berhasil menyerap materi yang disampaikan. Hal ini ditunjukkan dengan peningkatan pengetahuan peserta meningkat menjadi 100%. Masyarakat mampu memahami cara memenuhi gizi seimbang sesuai yang dianjurkan Kementerian Kesehatan (2014), yaitu melalui empat pilar prinsip gizi seimbang yaitu: 1) Mengonsumsi beragam pangan dengan memperhatikan proporsi dan jumlah, 2) Menerapkan pola hidup bersih, 3) Aktivitas fisik, 4) Mengontrol ataupun mengawasi berat badan secara berkala agar sesuai batas normal.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di Dusun Sidorejo RT 06 melalui sosialisasi pentingnya gizi seimbang di masa pandemi telah berjalan dengan sangat baik dan lancar. Metode yang digunakan berupa sosialisasi atau

penyuluhan sangat cocok untuk mentransferkan ilmu dan wawasan luas mengenai gizi kepada masyarakat karena pada realitanya, tingkat pengetahuan warga Dusun Sidorejo RT 06, Ngestiharjo masih minim. Selain itu, metode pengabdian dalam evaluasi program juga dapat dikatakan berhasil. Hal ini dikarenakan berdasarkan hasil perbandingan *pre-test* dan *post-test*, ditarik beberapa kesimpulan keberhasilan kegiatan, yaitu antara lain: 1) Terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai pentingnya gizi seimbang sebesar 60%, 2) Terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai komposisi gizi seimbang sebesar 80%, 3) Terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai masalah kesehatan yang disebabkan malnutrisi sebesar 50%, 4) Terjadi peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta mengenai cara memenuhi gizi seimbang sebesar 60%. Dengan kata lain, sosialisasi ini membantu khalayak sasaran, yaitu kalangan orang tua dan lansia untuk meningkatkan pengetahuan dan memupuk kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemenuhan gizi seimbang, serta menstimulus kebiasaan pola hidup sehat untuk ke depannya.

Ucapan Terima Kasih

Tim pengabdian mengucapkan terimakasih kepada pengurus wilayah Dusun Sidorejo RT 06, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul, yang telah menyambut kami dengan baik dan memberikan izin untuk melaksanakan program pengabdian masyarakat ini. Selain itu, tim pengabdian juga berterimakasih kepada para masyarakat Dusun Sidorejo RT 06 yang telah berkontribusi sebagai mitra dan peserta yang terlibat secara aktif dan antusias dengan program yang kami selenggarakan.

Referensi

- Akbar, D. M., & Aidha, Z. (2020). Perilaku Penerapan Gizi Seimbang Masyarakat Kota Binjai Pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2020. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 15–21.
- Anisa, A. F., Darozat, A., Aliyudin, A., Maharani, A., Fauzan, A. I., Fahmi, B. A., Budiarti, C., Ratnasari, D., N, D. F., & Hamim, E. A. (2017). Permasalahan gizi masyarakat dan upaya perbaikannya. *Gizi Masyarakat*, 40, 1–22.
- Kartini, T. D., Asikin, H., & Limbong, T. (2022). Implementasi Edukasi Gizi pada Ibu Balita di Puskesmas Paccerakkang. *Jurnal Panrita Abdi*, 6(1), 211–218. <https://doi.org/https://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi/article/view/13294>
- Bjerregaard, L. G., Jensen, B. W., Ångquist, L., Osler, M., Sørensen, T. I. A., & Baker, J. L. (2018). Change in Overweight from Childhood to Early Adulthood and Risk of Type 2 Diabetes. *New England Journal of Medicine*, 378(14), 1302–1312. <https://doi.org/10.1056/nejmoa1713231>
- Black, R. E., Victora, C. G., Walker, S. P., Bhutta, Z. A., Christian, P., De Onis, M., Ezzati, M., Grantham-Mcgregor, S., Katz, J., Martorell, R., & Uauy, R. (2013). Maternal and child undernutrition and overweight in low-income and middle-income countries. *The Lancet*, 382(9890), 427–451. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(13\)60937-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(13)60937-X)
- Hui, D. S., E., I. A., Madani, T. A., Ntoumi, F., & Kock, R., Dar, O., et al. (2020). The continuing 2019-nCoV epidemic threat of novel coronaviruses to global health— The latest 2019 novel coronavirus outbreak in Wuhan, China. *International Journal of Infectious Diseases*, 91, 66–264.
- Kemendes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kemendagri Kesehatan RI*, 53(9), 1689–1699.
- Kementerian PPN/Bappenas. (2019). Pembangunan Gizi di Indonesia. In *Kemendagri PPN/Bappenas*.

https://www.bappenas.go.id/files/1515/9339/2047/FA_Preview_HSR_Book04.pdf

- Laswati, D. T. (2019). Masalah Gizi Dan Peran Gizi Seimbang. *Agrotech: Jurnal Ilmiah Teknologi Pertanian*, 2(1), 69–73. <https://doi.org/10.37631/agrotech.v2i1.12>
- Litwin, S. E. (2014). Childhood obesity and adulthood cardiovascular disease. *Journal of the American College of Cardiology*, 64(15), 1588–1590. <https://doi.org/10.1016/j.jacc.2014.07.962>
- Mardiyanto, R. T., A. N. L., & Putri, A. A. (2019). Peningkatan Pengetahuan Gizi Seimbang sebagai Pedoman Hidup Sehat pada Masyarakat di Sekitar Kelurahan Pondok Jagung Kecamatan Serpong Utara Kota Tangerang Selatan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, September*, 1–5. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>
- Rifatul Masrikhiyah. (2020). Peningkatan Pengetahuan Ibu Mengenai Gizi Seimbang Dalam Pemenuhan Gizi Keluarga. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3), 476–481. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i3.3636>
- Taslim, N. A., Asfar, M., Angriawan, S., Yuliana, I., & Ashari, N. (2018). Menuju Makassar Sehat Melalui Peningkatan Konsumsi Ikan, Sayur Dan Buah Di Kota Makassar. *Jurnal Panrita Abdi*, 2(2), 127–134. <https://doi.org/https://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi/article/view/4035>

Penulis:

Anindita Imam Basri, Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis, Universitas PGRI Yogyakarta. Yogyakarta. E-mail: anindita@upy.ac.id

Prima Rosyadah, Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis, Universitas PGRI Yogyakarta. Yogyakarta. E-mail: primarosyadah@gmail.com

Titik Nurrohmah, Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis, Universitas PGRI Yogyakarta. Yogyakarta. E-mail: titiknurrochmah@gmail.com

Prasetiono Nugroho, Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis, Universitas PGRI Yogyakarta. Yogyakarta. E-mail: prasetiononugroho@gmail.com

Valsa Ayunda Tisya, Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis, Universitas PGRI Yogyakarta. Yogyakarta. E-mail: valsayundatisya@gmail.com

Bagaimana men-sitasi artikel ini:

Basri, A.I., Rosyadah P., Nurrohmah, P., Nugroho, P. & Tisya, V.A. (2022). Pelayanan Kesehatan dan Revitalisasi Pemenuhan Gizi Di Masa Pandemi Covid-19 Terhadap Masyarakat Dusun Sidorejo, Bantul. *Jurnal Panrita Abdi*, 6(3), 699-708.