

PEMBERDAYAAN POSYANDU PAKIS KEMBANG SEBAGAI UPAYA MANDIRI SUMBER MAKANAN SEHAT ANAK DAN KELUARGA

EMPOWERMENT OF POSYANDU PAKIS KEMBANG AS AN INDEPENDENT EFFORT TO SOURCE HEALTHY FOOD FOR CHILDREN AND FAMILIES

Reni Ilmiasih¹, Nur Lailatul Masruroh², Juwitasari*
^{1,2,3}, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang
Email: juwita@umm.ac.id

ABSTRAK

Kebutuhan pangan sehat merupakan hal yang sulit didapatkan saat ini disamping karena petani yang menggunakan pestisida dan bahan kimia logam berat yang dapat mengganggu kesehatan, faktor lainnya juga disebabkan karena kurangnya pengetahuan keluarga dalam mengenal berbagai alternatif sumber makanan sehat serta cara pengolahannya. Kurangnya pengetahuan tersebut berdampak pada kesadaran masyarakat mengenai pentingnya menyediakan makanan sehat bagi anak dan keluarga yang rendah ditunjukkan dengan perilaku masyarakat dalam konsumsi makanan yang tidak memperhatikan bahan berkualitas. Hal ini mengakibatkan permasalahan gangguan kesehatan terutama gangguan gizi yang kerap terjadi pada anak dalam masa pertumbuhan. Peran masyarakat perlu ditingkatkan dalam memenuhi ketersediaan sumber pangan sehat bagi keluarga mulai dari mengenal berbagai bahan alternatif sumber gizi yang ada disekitar sebagai bahan dasar sampai dengan cara pengelolaannya. Pengoptimalan kelompok masyarakat yang berpotensi secara langsung dalam menyelesaikan permasalahan keluarga menjadi sasaran dalam kegiatan pengabdian ini. Luaran pengabdian mewujudkan upaya keluarga secara mandiri dalam menyediakan makanan sehat bagi anak dan keluarga khususnya bagi anggota Posyandu Pakis Kembang. Metode yang dilakukan melalui 3 tahap yaitu persiapan, pelaksanaan dan monitoring evaluasi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 4 bulan. Kegiatan diawali dengan sosialisasi dan pemberian materi gizi pada anak dan keluarga serta mengenal sumber protein yang berpotensi disekitar rumah. Materi kedua mengenai deteksi dini tumbuhkembang dan simulasi oleh Ibu. Materi ketiga pengolahan makanan dan penghitungan estimasi zat gizi pada olahan makanan. Pertemuan keempat dilakukan demonstrasi dan pendampingan pengolahan makanan dan penghitungan Zat Gizi pada olahan makanan. Pada temuan deteksi dini tumbuhkembang didapatkan hasil 2 anak mengalami gangguan gizi dan stunting sehingga dilakukan tindak lanjut koordinasi dengan tim Kesehatan di Puskesmas Pakis. Tindak lanjut kegiatan disarankan melakukan sosialisasi hasil kegiatan pada posyandu lain sehingga dapat dilakukan antisipasi maupun deteksi dini masalah Gizi pada cakupan lebih luas di Desa Pakis Kembang.

Kata Kunci : Pemberdayaan, Posyandu Pakis Kembang, Sumber makanan sehat

ABSTRACT

The need for healthy food is something that is difficult to obtain at this time besides because farmers use pesticides and heavy metal chemicals which can interfere with health, other factors are also caused by a lack of family knowledge in recognizing various alternative sources of healthy food and how to process it. This lack of knowledge has an impact on public awareness regarding the importance of providing healthy food for children and families, which is low, indicated by people's behavior in food consumption that does not pay attention to quality ingredients. This results in health problems, especially nutritional disorders that often occur in children in their infancy. The role of the community needs to be increased in fulfilling the availability of healthy food sources for families, starting from getting to know various alternative nutritional sources that are around as basic ingredients to how to manage them. Optimizing community groups that have the potential to directly solve family problems is the target of this community service activity. The output of the service is realizing family efforts independently in providing healthy food for children and families, especially for members of the Pakis Kembang Posyandu. The method is carried out through 3 stages, namely preparation, implementation, and evaluation monitoring. Implementation of activities carried out for 4 months. The activity begins with outreach and provision of nutritional material to children and families and to get to know potential sources of protein around the house. The second material is about early detection of growth and development and simulation by mothers. The third material is food processing and the estimation of nutrients in processed food. The fourth meeting held demonstrations and assistance in food processing and calculating nutrients in processed food. In

the findings of early detection of growth and development, it was found that 2 children experienced nutritional disorders and stunting, so a follow-up was carried out in coordination with the Health team at the Pakis Health Center. Follow-up activities are suggested to disseminate the results of activities to other posyandu so that anticipation and early detection of nutritional problems can be carried out at a wider scope in Pakis Kembang Village.

Keywords : Empowerment, Posyandu Pakis Kembang, Healthy food sources

PENDAHULUAN

Sumber makanan sehat semakin sulit didapatkan di masyarakat. Perilaku penyedia pangan di pasaran lebih memperhitungkan laba bisnis dibandingkan kualitas. Menjamurnya usaha kulener yang bersaing ketat sehingga menciptakan trend makanan yang digemari masyarakat hanya mempertimbangkan selera dan rasa. Perilaku konsumen pun bergeser pada kebutuhan praktis tanpa mempertimbangkan kualitas, sehingga makanan instan dan cepat saji cenderung dipilih. Makanan yang berkualitas bukan hanya harus memenuhi komponen karbohidrat, lemak, dan protein, tetapi juga serat pangan dan vitamin. Serat pangan dan vitamin hanya ada dalam makanan sehat, dan kurang terpenuhi pada pilihan makanan saat ini (Borja and Dieringer, 2019). Banyaknya produk dan bahan makanan yang dijual dengan berbahan kimia berbahaya seperti pengawet, pewarna bukan makanan, pemanis buatan serta kecurangan dunia usaha dalam proses pembuatan makanan yang disengaja menambahkan bahan berbahaya maupun bahan kimia diluar standard menjadi berdampak pada ancaman kesehatan (Mirza, Asema and Kasim, 2017).

Peningkatan kejadian penyakit kanker baik pada anak maupun dewasa, kerusakan system organ sehingga meningkatkan prevalensi penyakit tidak menular (*Non Communicable Disease*) merupakan dampak dari pola konsumsi makanan yang tidak sehat karena kurangnya ketersediaan bahan makanan dan olahan makanan sehat ataupun kurang keterjangkauan harga. Pada negara berkembang seperti negara kita, masyarakat cenderung sulit mendapatkan makanan bergizi karena biasanya harganya mahal dan tidak terdapat di pasar biasa (Borja and Dieringer, 2019). Periode tumbuh kembang anak saat toddler merupakan usia yang paling rentan menderita akibat konsumsi makanan yang tidak sehat karena system imun mereka yang lebih

rentan untuk sakit (Mirza, Asema and Kasim, 2017). Sehingga peranan ibu rumah tangga sangat signifikan dalam penyediaan makanan sehat di rumah.

Ada banyak penelitian tentang kerawanan pangan secara umum, dan di antara populasi rentan seperti pada anak-anak khususnya, untuk berbagai karakteristik sosio-demografis seperti usia dan tingkat pendidikan, kepala rumah tangga, ras / suku, dan pola struktur keluarga, remaja, menjadi janda, dan memiliki status tingkat pendidikan rendah makin meningkatkan risiko kerawanan pangan, kesehatan mental yang buruk, kecacatan, dan kondisi kesehatan fisik kronis. Selain itu bukan hanya meningkatkan kemungkinan menjadi rawan pangan tetapi juga terkait dengan lebih parah tingkat kerawanan pangan di antara rumah tangga yang mengalami kesulitan. Rumah tangga dengan keterampilan keuangan dan pengelolaan makanan yang lebih tinggi (yaitu, mengelola tagihan, membuat anggaran, menghabiskan belanjaan, makanan) cenderung memiliki keamanan makanan. Penggunaan zat kimia dan zat aditif dapat menguras sumber daya keluarga dan karena itu meningkatkan risiko kerawanan pangan. Ini juga dapat mempengaruhi kemampuan ibu untuk mengelola sumber daya keluarga dengan cara lain (Tang et al., 2008).

Peran masyarakat terutama dalam menyediakan sumber makanan sehat dan olahannya sangat diperlukan. Kelompok masyarakat dapat dioptimalkan dalam upaya penyediaan bahan makanan sehat bagi anak dan keluarga. Kelompok masyarakat yang ada dapat menjadi sumber promosi bagi masyarakat luas dalam karya dan upayanya sebagai contoh keberhasilan dalam pengelolaan dan pengadaan sumber makanan keluarga sehingga kebutuhan sumber pangan sehat tetap terpenuhi terutama di masa pandemi COVID. Tantangan ketahanan pangan di tingkat keluarga saat ini dimulai dari memilih sumber makanan,

memberi makan, cara produksi dan konsumsi yang berkelanjutan, oleh karena itu sangat penting untuk menyesuaikan keseimbangan kerangka kerja lingkungan pertanian yang terintegrasi dengan sumber daya yang tersedia di wilayah masyarakat dan menegaskan korelasi yang kuat di antara mereka, sehingga kelestarian lingkungan pangan sebagian besar aman dan tidak menghasilkan limbah air dan emisi energi yang meningkatkan emisi yang mempengaruhi agenda kelestarian lingkungan global. Jumlah penduduk Indonesia yang pesat diikuti pertumbuhan, nilai tambah pertanian, industrialisasi, dan urbanisasi memberikan tekanan yang sangat besar. Cara mengolah dan menyimpan pangan yang salah akan menimbulkan kehilangan mineral yang besar, yang mempengaruhi ketahanan pangan sehingga menjadi tantangan di suatu wilayah. Teknik produksi pangan yang membutuhkan kemampuan kelembagaan yang kuat untuk membangun lingkungan, kerangka perlindungan, yang menghasilkan sumber daya yang berkelanjutan di berbagai negara sangat penting untuk diperhatikan. Ketahanan pangan dikaitkan dengan praktik pertanian hijau yang bermanfaat sehingga mampu mengurangi ketidaksetaraan pangan (Putri, Irwanto and Adi, 2018).

Masyarakat Posyandu Pakis Kembang terdiri dari 20 orang yang sebagian besar sudah berumah tangga. Latar belakang Pendidikan 20% Sekolah Dasar, 40 % Sekolah Menengah Pertama, 35 % Sekolah Menengah Atas dan 5% Sarjana. Peserta 75% memiliki anak Balita dengan rutinitas kegiatan Posyandu diikuti oleh 70% Ibu-Ibu dengan anak balita. Pada masalah pemberian makan Ibu-Ibu tidak memahami cara penyediaan makanan sehat dan didapatkan 20% balita kategori 2T merupakan rawan kurang gizi. Dari jumlah yang ada sebagian besar peserta mempunyai lahan untuk bercocok tanam dan mempunyai pelataran yang cukup di rumah. Pekerjaan 70% tani dan 30% buruh tani sedangkan Ibu-Ibu 90% Ibu rumah tangga. Pengembangan konseptual lebih lanjut sangat diperlukan, karena Posyandu Pakis Kembang di pedesaan masih memerlukan wawasan baru. Beberapa pendekatan umum dilakukan dalam agroekologi Posyandu Pakis Kembang di pedesaan tidak harus sejalan dengan

pengaturan perkotaan, di mana proses regeneratif tanah mungkin membutuhkan perhatian terhadap kontaminasi sector industri. Sinergi Posyandu Pakis Kembang dengan konteks perkotaan seperti menyediakan “pengetahuan, sumber daya, dan kapasitas khusus yang mungkin kurang di pedesaan seperti saluran pemasaran langsung yang lebih pendek, kemungkinan yang lebih besar untuk hubungan produsen-konsumen, pendekatan partisipatif dalam mobilisasi dan sertifikasi tenaga kerja, dan inisiatif di bidang solidaritas ekonomi (Sataloff, Johns and Kost).

Pengetahuan Ibu tentang keragaman hayati sumber pangan yang baik, sumber daya pangan- baik yang didomestikasi maupun yang masih liar, dan secara genetik, spesies dan tingkat ekosistem, sehingga berkontribusi pada produktivitas dan ketahanan pangan dan sistem pertanian, mata pencaharian dan ketahanan pangan dalam banyak hal. Manfaat utama meliputi ketersediaan beragam spesies dan populasi yang mampu beradaptasi. Keanekaragaman hayati untuk produktivitas dan ketahanan pangan dan sistem pertanian dan mata pencaharian seperti pemeliharaan ikan yang terintegrasi, terbukti menjadi sarana yang efektif mengamankan produksi dan pendapatan pangan di tengah kondisi cuaca berfluktuasi, sebagai salah satu komponen sistem selalu memproduksi makanan (Nicholson *et al.*, 2020).

Dewasa ini tren makanan Kembali lagi ke makanan skala kecil produksi oleh masyarakat/ makanan rumah, yaitu oleh petani, pedagang, penggiat dan / atau konsumen, yang haus akan informasi yang berkaitan dengan makanan dan pertanian. Temuan ini menunjukkan bahwa petani skala kecil, buruh tani, pedagang pasar dan pemerhati pangan di mulai sadar dan membagikan informasi sederhana kepada publik apa yang mereka ketahui tentang kandungan dan keamanan makanan, sebagai penyeimbang dari apa yang tidak dibagikan oleh industri makanan terbesar di negara, produsen makanan besar dan pemasok dan distributor besar mengenai proses, kandungan dan keamanan makanan. Hal ini menimbulkan mulai tumbuhnya kesadaran di pedesaan dan di masyarakat

Tentang adanya kesenjangan informasi terhadap kesadaran dan pengetahuan proses makanan sebelum siap dikonsumsi (di ranah pertanian) dan di proses diluar konsumsi (di mana emisi gas rumah kaca terakumulasi, penggunaan pupuk kimia, pestisida dan lain sebagainya akan mempengaruhi produksi pangan), sementara organisme hasil rekayasa genetika (GMOs) baru-baru ini muncul sebagai masalah atas krisis ini. Dari temuan ini, penelitian kami berkontribusi pada yang terbaru

Tentang konsep makanan sehat dengan menambahkan keterlibatan sistem pangan dan perluasan skalanya (mulai dari buruh tani) sehingga akan memungkinkan konsumen makanan, rumah tangga, aktivis kesehatan, dan produsen makanan serta penyedia makanan skala kecil menjadi lebih berpengetahuan, kritis dan memberdayakan warga dan kontributor untuk membangun keadilan, informasi dan partisipasi mereka dalam sistem pangan (Tang et al., 2008).

Konsumsi sumber protein keluarga masih dominan sumber bahan nabati dan ikan dipasaran seperti tahu, tempe dan ikan yang tersedia di pasar seperti lele, mujaer dan udang dengan daya beli yang terbatas terutama untuk sumber protein hewani. Daya beli terbatas ini dikarenakan mata pencaharian sebagian besar masyarakat adalah petani dan buruh tani. Menjaga kesehatan dengan mengonsumsi makanan bergizi dapat mencegah penyakit kronis yang ada, atau kombinasi dari ini bisa menjadi tantangan bagi mereka yang berjuang melawan kemiskinan atau kerawanan pangan karena berbagai alasan, termasuk terbatas keuangan dan sumber daya, prioritas yang bersaing, dan tekanan aspek lain. Bagi keluarga yang terkena dampak kemiskinan atau kerawanan pangan kemungkinan mengalami kesulitan terkait sumber daya tambahan (misalnya, ketidakstabilan perumahan, ketidakamanan energi) itu, pada gilirannya, dapat menyebabkan gizi buruk, kesehatan, dan penyakit (Anser et al., 2020).

Hubungan antara pertanian dan ketahanan pangan dengan kombinasi teori dan konsep yang relevan dari berbagai bidang akademik yang terlibat dengan pertanian, ketahanan pangan atau keduanya meskipun memiliki

tujuan dan konten yang berbeda, dan tidak diragukan lagi berguna dalam banyak konteks, namun kurangnya standarisasi dan kejelasan representasi diagram mungkin menyiratkan batasan kegunaannya. Pergeseran menuju sistem pangan berkelanjutan harus dibarengi dengan konseptualisasi yang lebih tepat, yang menyajikan sistem pangan kompleks, heterogen dalam ruang dan waktu, dan penuh dengan masukan linier dan non-linier. Prinsip dan kriteria dari pemikiran dan pemodelan sistem menyediakan cara yang relevan untuk menilai dan meningkatkan kerangka kerja yang menghubungkan pertanian dan ketahanan pangan. Pemikiran sistem dan alat pemodelan dapat meningkatkan pemahaman tentang faktor penyebab mengaitkan pertanian dengan hasil ketahanan pangan serta mengatasi dinamika dan non-linearitas. Integrasi faktor-faktor kompleks yang berinteraksi, dapat meningkatkan efektivitas intervensi dan mencegah efek samping yang tidak diinginkan, termasuk dalam kesehatan masyarakat (Mirza, Asema and Kasim, 2017).

Posyandu Pakis Kembang ingin mengembangkan mempunyai potensi yang ada perpeluang untuk dilakukan pendampingan dalam usaha menyediakan sumber makanan sehat dan olahannya diawali dengan pemenuhan kebutuhan makanan sehat bagi kawasan sekitar. Selanjutnya dapat dikembangkan menjadi usaha bersama masyarakat untuk pemasaran lebih luas sehingga menjadi kawasan penyedia bahan makanan sehat. Trend kembali ke bahan alami saat ini masih sulit diwujudkan karena aspek keterjangkauan baik dari segi ekonomi maupun ketersediaannya. Sehingga dengan demikian bisa disimpulkan bahwa permasalahan mitra yang utama meliputi : Kurangnya pemahaman mitra dalam mengenali sumber bahan makanan berkualitas yang mengandung gizi tinggi yang ada di lingkungan sekitar. Kurangnya pemahaman mitra dalam pengolahan sumber makanan sehat. Kurangnya motivasi mitra dalam penyediaan makanan sehat bagi keluarga. Belum dikembangkan potensi anggota sebagai penggerak masyarakat dalam penyediaan sumber makanan mandiri.

Penyelesaian Permasalahan ini disepakati dengan mitra bahwa dibutuhkan penguatan

kemampuan anggota Posyandu Pakis Kembang dalam meningkatkan kemampuan dan pengembangan potensi dalam menyediakan bahan makanan berupa sayur dan sumber protein hewani yang bervariasi dan dapat dikonsumsi sendiri serta dapat dipasarkan. Pemberian edukasi pentingnya sumber makanan sehat bagi anak dan keluarga dan pelatihan budidaya sumber protein hewani disepakati dalam pengabdian ini.

METODE

Kegiatan pada pengabdian masyarakat ini menggunakan metode pelatihan (roleplay dan edukasi) dan pendampingan (demonstrasi) yang dibagi menjadi beberapa tahap kegiatan.

Tahap persiapan implementasi program, meliputi koordinasi kesepakatan program dan jadwal dengan ketua kelompok dan anggota dengan pokok solusi masalah yang disepakati adalah 5 point yaitu: Penguatan motivasi dengan pendidikan kesehatan online mengenai pentingnya mengenali sumber-sumber makanan sehat yang ada disekitar, Pelatihan dan pendampingan mengenal sumber sayuran dan protein hewani yang praktis dapat dikonsumsi sehari-hari dari lingkungan sekitar, Mengenalkan pentingnya makanan sehat bagi perkembangan anak dan keluarga serta kebutuhan protein yang harus dikonsumsi, Pelatihan dan pendampingan cara pengolahan sumber makanan sehat yang mudah didapatkan dari lingkungan sekitar.

Pelatihan menilai kecukupan Gizi anak. Kegiatan ini disepakati selama kurun waktu 8 bulan mulai dari pengajuan proposal sampai dengan laporan kegiatan, sedangkan pelaksanaan kegiatan sampai dengan evaluasi dilakukan selama 5 bulan.

Persiapan media Pendidikan Kesehatan berupa pertanyaan pre dan post test setiap kegiatan dan lembar observasi, pembuatan materi edukasi dengan metode *mind mapping*, pembuatan modul pemberian makan pada tiap tingkat usai periode balita dan modul pelatihan penetapan status nutrisi menggunakan Z Skore dan SDIDTK.

Persiapan selanjutnya dengan pembuatan video Penguatan motivasi dengan pendidikan kesehatan online mengenai pentingnya mengenali sumber-sumber makanan sehat yang

ada disekitar dan video mengenalkan pentingnya makanan sehat bagi perkembangan anak dan keluarga serta kebutuhan protein yang harus dikonsumsi.

Setelah semua persiapan selesai dilakukan survey kunjungan lapangan untuk mengetahui lokasi dan persiapan pelaksanaan kegiatan.

1 Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pertama dilakukan secara daring untuk pemberian materi dengan *google meet* berupa Pendidikan Kesehatan mengenai pentingnya sumber makanan sehat bagi anak dan keluarga serta kebutuhan protein dan makanan sehat yang dikonsumsi dengan metode *mind mapping*.

Kegiatan kedua dilakukan Pelatihan dan pendampingan mengenal sumber sayuran dan protein hewani yang praktis dapat dikonsumsi sehari-hari dari lingkungan sekitar, ditampilkan video demonstrasi selanjutnya dilakukan diskusi dan tanya jawab.

Selanjutnya pada kegiatan untuk solusi masalah ketiga dengan pemberian materi mengenalkan pentingnya makanan sehat bagi perkembangan anak dan keluarga serta kebutuhan protein yang harus dikonsumsi dengan media *mind mapping* dilakukan secara online melalui *google meet* terlebih dahulu peserta dibagikan kuesioner pre test online. Setelah pemaparan materi dilakukan diskusi dan tanya jawab serta evaluasi materi dengan mengisi post tes online. Kegiatan dilakukan oleh tim pengabdian dengan waktu 2 jam.

Kegiatan ke empat Pelatihan dan pendampingan cara pengolahan sumber makanan sehat yang mudah didapatkan dari lingkungan sekitar serta pendampingan pembuatan menu makanan sehat setiap tingkat usia dan menentukan jumlah kecukupan konsumsi gizi. Pada kegiatan ini dilakukan pemberian materi melalui video terlebih dahulu oleh tim secara daring dan dilakukan proses tanya jawab. Selanjutnya sosialisasi dan pembagian modul pelatihan serta demonstrasi online bersama mengenai pembuatan makanan sesuai tingkat usia balita dan makanan keluarga dilakukan melalui luring di Pakis. Proses pendampingan luring dilaksanakan satu kali dan pendampingan daring dilaksanakan satu kali. Untuk proses konsultasi pelatihan

dilakukan dengan mengundang pemateri Pakar Gizi.

2 Monitoring dan Evaluasi

Monitoring dan evaluasi dilakukan bersama mitra dengan evaluasi formatif yaitu evaluasi pada setiap kegiatan untuk pemahaman materi diberikan pre tes dan post test setelah pemberian Pendidikan Kesehatan mengenai Penguatan motivasi dengan pendidikan kesehatan on-line mengenai pentingnya mengenali sumber-sumber makanan sehat yang ada di sekitar, panduan gizi anak yang lengkap dan isi piringku, cara mendeteksi antropometri balita, pengaruh covid 19 pada tumbuh kembang anak, dan cara mencegah stunting pada 1000 hari pertama kelahiran.

Pelatihan dan pendampingan mengenal sumber sayuran dan protein nabati, hewani yang praktis dapat dikonsumsi sehari-hari dari lingkungan sekitar, mengenalkan pentingnya makanan sehat bagi perkembangan anak dan keluarga serta kebutuhan protein yang harus dikonsumsi, pengolahan sumber makanan sehat yang mudah didapatkan dari lingkungan sekitar, menilai kecukupan Gizi anak ini dilakukan pada sesi kedua (daring) via *google meet*.

Monitoring evaluasi yang kedua dilakukan secara sumatif dengan melihat semua kemampuan sesuai dengan target luaran yang diharapkan pada masing-masing solusi yang ditawarkan dengan melakukan evaluasi daring pada pencapaian hasil seluruh kegiatan. Evaluasi sumatif dilaksanakan setiap bulan pada akhir bulan September dengan melakukan pengukuran bersama menggunakan ceklist pelaksanaan tindakan yang ditetapkan dan disepakati. Kegiatan ini dilaksanakan secara luring, kunjungan oleh tim ke pada kelompok ibu balita dan kader di Desa Pakis, dengan pelaksana kegiatan adalah tim pengabdian dan peserta.

Pada evaluasi ini akan didapatkan hasil pengukuran antropometri balita, ada 2 balita dengan status WASTING, dan hasil Quiz 12 peserta menunjukkan score sedang.



Evaluasi ini sekaligus sebagai tolak ukur keberhasilan dan keberlanjutan kegiatan kedepan. Selanjutnya akan dilakukan kesepakatan keberlanjutan kegiatan sampai dengan masyarakat mampu secara mandiri melaksanakan kegiatan secara berkesinambungan dengan supervisi minimal dari tim sampai dengan proses pemandirian masyarakat sampai dengan terselesaikannya masalah mitra.

Hasil kegiatan ini akan menjadi contoh proyek kemandirian pangan dan makanan sehat bagi anak dan keluarga sebagai langkah preventif gangguan gizi pada anak yang dewasa ini menjadi perhatian dunia umumnya dan bangsa Indonesia pada khususnya. Selanjutnya hasil ini akan dapat dilakukan kesepakatan rencana pengembangan dengan di dokumentasikan hasil kegiatan dalam planning video resep makanan sehat dari bahan yang tersedia di sekitar rumah, agar bisa disosialisasikan kepada masyarakat Pakis.

3 Keberlanjutan Program

Keberlanjutan program dilakukan Posyandu Pakis Kembangdengan penanggungjawab ketua kelompok dengan mengikuti planning pengembangan yang telah disepakati agar mendapat dukungan masyarakat luas serta keterlibatan masyarakat dalam upaya kemandirian sumber makanan sehat yang aman di masyarakat sebagai preventif permasalahan gizi global di wilayah setempat.

Hasil dari kegiatan ditindaklanjuti dengan live demonstrasi membuat makanan sehat dari bahan yang ada di sekitar kita para peserta ibu balita dan kader Kesehatan di Pakis yang telah mendapat keyakinan, ketrampilan dan kemandirian penyediaan dan pengolahan sumber makanan sehat bagi anak dan keluarga serta mampu melakukan pemantauan status gizi pada balita secara mandiri dapat dilakukan tidak lanjut dengan koordinasi kepada pihak

desa ataupun kelompok masyarakat lain yang ada untuk dilakukan kegiatan yang sama. Koordinasi dengan pemangku kepentingan terkait dan tokoh masyarakat sangat diharapkan untuk memperluas keberlanjutan kegiatan sehingga manfaat kegiatan dapat dirasakan oleh masyarakat yang lebih luas. Pemangku kepentingan dalam hal ini adalah ibu balita dan kader Kesehatan di Pakis dapat menjadi bahan tindak lanjut untuk berkoordinasi dengan perangkat ataupun dengan pihak lain seperti Puskesmas dan lingkup Kecamatan untuk dapat memfasilitasi pengembangan kegiatan pada masyarakat luas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Kelompok masyarakat yang terlibat disini antara lain ibu rumah tangga dan Sebagian kader Kesehatan (2 orang) yang ada dapat menjadi sumber promosi bagi masyarakat sekitar dalam karya dan upayanya sebagai contoh keberhasilan dalam pengelolaan dan pengadaan sumber makanan keluarga sehingga kebutuhan sumber pangan sehat tetap terpenuhi terutama di masa pandemi COVID 19.

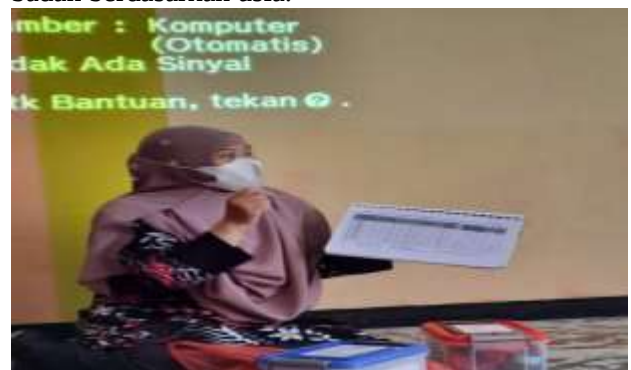
Peserta mampu menyebutkan Sumber Makanan Sehat di sekitar rumah, Macam-macam kandungan dan manfaatnya, Sumber Makanan Sehat di sekitar rumah, Cara deteksi tumbuh kembang anak, dampak pandemic covid pada tumbuh kembang anak, malnutrisi dan antropometri, Macam macam cara mengolah dan hasil olahan makanan sehat dan Mengenali malnutrisi, stunting, gizi buruk dan pencegahannya.

Pemberian Materi mengenai sumber makanan yang berpotensi sebagai sumber Protein dalam keluarga disampaikan oleh tim pengabdian yang pakar dalam Kesehatan komunitas.



Gambar 1. Materi Mengenal Potensi Sumber Makanan Tinggi Protein dan Gizi Seimbang dalam Keluarga.

Pertemuan selanjutnya adalah Materi dan bimbingan pengkajian deteksi pertumbuhan dan perkembangan disampaikan oleh tim pengabdian berlatar belakang spesialis keperawatan anak dengan diawali penjelasan materi, prosedur pelaksanaan deteksi dini tumbuh kembang dengan Ibu-Ibu dan kader memperagakan cara sesuai penjelasan dimulai pengukuran tinggi badan dan berat badan serta memasukkan hasil kedalam interpretasi apakah anak masuk di garis hijau, kuning atau merah di Buku KIA. Ibu dan Kader juga diajarkan interpretasi stunting dengan mengkaji tinggi badan berdasarkan usia.



Gambar 2. Materi Tumbuh Kembang



Gambar 3. Praktik pengukuran tumbuh kembang oleh Ibu-Ibu dan Kader Posyandu

Diantara materi yang paling menarik adalah tentang cara pengolahan makanan sehat dengan bahan yang berasal dari pekarangan rumah seperti daun kelor yang diolah menjadi makanan ringan mie dan brownies, yang diputar via video di *google meet*.

Resep daun kelor yang diolah menjadi aneka kue ini juga bermanfaat mencegah stunting pada balita. Ada pula kegiatan variasi cemilan sehat dengan bahan sayuran menjadi mie sayur dan tanaman obat yang ada di pekarangan menjadi minuman segar dan sehat.

PEMBAHASAN

Kebanyakan peserta pengabdian masih suka makan frozen food, instan, atau beli dari pedagang bakso /cilok sekitar untuk makan anak-anak balita mereka.

Tantangan ketahanan pangan di tingkat keluarga saat ini dimulai dari memilih sumber makanan, memberi makan, cara produksi dan konsumsi yang berkelanjutan, oleh karena itu sangat penting untuk menyesuaikan keseimbangan kerangka kerja lingkungan sehat yang terintegrasi dengan sumber daya yang tersedia di wilayah masyarakat Pakis dan menegaskan korelasi yang kuat di antara mereka. Disini telah ditemukan potensi lahan yang ada di sekitar pekarangan dengan optimalisasi penganekaragaman tanaman sayur seperti bayam, beluntas, turi, tomat, cabai, kelor dan lainnya .

KESIMPULAN

Tahapan memberikan pelatihan dan pendampingan pengolahan makanan yang sehat

dan bergizi bagi anak dan keluarga dengan materi luring dan evaluasi daring pertemuan 2x pada September minggu ke 1 dan kedua. Melakukan pelatihan identifikasi pertumbuhan anak dengan memantau tinggi badan dan berat badan serta ketrampilan mengidentifikasi status Gizi anak dengan Z skore secara daring dengan pemberian materi daring pada September minggu ke 3 dan evaluasi pada minggu ke 4 secara daring. Minggu ke 1 oktober melakukan evaluasi keseluruhan kegiatan secara luring. Temuan kasus gizi kurang perlu dilakukan tindak lanjut koordinasi dengan puskesmas setempat untuk mendapatkan intervensi dan fasilitasi ahli gizi dalam penanganan masalah Gizi baik wasting, stunting maupun gizi buruk. Media penyuluhan dalam pelatihan ini akan sangat berguna sebagai panduan Ibu dengan anak balita dalam menyiapkan menu sehat tinggi protein dalamantisipasi masalah Gizi pada anak di Masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Anser, M.K. *et al.* (2020) 'Management of water, energy, and food resources: Go for green policies', *Journal of Cleaner Production*, 251, p. 119662. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.119662>.

Borja, K. and Dieringer, S. (2019) 'Availability of affordable healthy food in Hillsborough County, Florida', *Journal of Public Affairs*, 19(3), pp. 1–14. Available at: <https://doi.org/10.1002/pa.1866>.

Mirza, S.K., Asema, U.K. and Kasim, S. (2017) 'To Study The Harmful Effects Of Food Preservatives On Human Health', *Journal of Medicinal Chemistry and Drug Discovery*, 2(2347–9027), pp. 610–616.

Nicholson, C.F. *et al.* (2020) 'Conceptual frameworks linking agriculture and food security', *Nature Food*, 1(9), pp. 541–551. Available at: <https://doi.org/10.1038/s43016-020-00142-3>.

Putri, A.O., Irwanto and Adi, A.C. (2018) 'Factors Influencing Nutritional and

Development Status Among Children Under Five Years Old of Early Marriage Mother.’, *International Journal of Public Health & Clinical Sciences (IJPHCS)*, 5(4), pp. 133–143. Available at: <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=cin20&AN=131459046&site=ehost-live>.

Sataloff, R.T., Johns, M.M. and Kost, K.M. (no date) ‘No
主観的健康感を中心とした在宅高齢者にお

ける
健康関連指標に関する共分散構造分析Title
, pp. 308–321.

Tang et al., 2005 (2008) ‘基因的改变NIH Public Access’, *Bone*, 23(1), pp. 1–7. Available at: <https://doi.org/10.1080/10796126.2014.891973>.Understanding.