

AKU SUKA MAKANAN BERGIZI; BUKU CERITA ANAK SEBAGAI MEDIA PENDIDIKAN KESEHATAN CEGAH STUNTING DI ALAM KUMARA KIDS CLUB GIANYAR BALI

**Ni Putu Ayu Wulan Noviyanti^{1*}, Ni Putu Eka Febianingsih¹, I Gede Adi Sudi
Anggara²**

¹Stikes KESDAM IX/Udayana, Bali, Indonesia

²Institut Bisnis dan Teknologi Indonesia, Bali, Indonesia

*Koresponden penulis: wulann98@gmail.com

ABSTRAK

Percepatan penurunan stunting menjadi major project yang tertuang dalam RPJMN 2020-2024. Program percepatan penurunan stunting dilakukan melalui peningkatan efektivitas intervensi spesifik, salah satunya menysasar balita. Salah satu upaya penurunan stunting adalah melakukan kerjasama antara Pendidikan Anak Usia Dini dengan bidang kesehatan. Kolaborasi ini dilakukan untuk dapat mempermudah melakukan edukasi kesehatan pada anak usia dini melalui penyisipan pada kegiatan pembelajarannya. Literasi kesehatan ditonjolkan dalam program pengabdian ini berupa pembuatan buku cerita anak dengan karakter yang lucu dan menarik perhatian anak dengan muatan edukasi kesehatan yang nantinya dapat mencegah stunting pada anak. Pendidikan kesehatan dengan menggunakan media buku cerita anak bergambar bermanfaat dalam menyampaikan informasi kesehatan kepada anak usia dini. 80% anak mampu mengulas informasi dari buku cerita yang telah diceritakan. Buku cerita bergambar dapat dijadikan salah satu media yang digunakan untuk melakukan upaya promotive pada anak usia dini.

Kata Kunci:

buku cerita anak; media; pendidikan kesehatan; pencegahan; stunting

PENDAHULUAN

Percepatan penurunan proporsi balita stunting menjadi major project yang harus dikerjakan melalui langkah-langkah strategis, efektif dan efisien, hal ini dikarenakan stunting pada anak usia dibawah 5 tahun menjadi salah satu parameter dalam mengukur indeks modal manusia (human capital index) (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Balita stunting adalah anak umur 0 sampai 59 bulan dengan kategori status gizi berdasarkan indeks panjang badan menurut umur (PB/U) atau tinggi badan menurut umur (TB/U) memiliki z-score kurang dari -2SD (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Prevalensi stunting di Indonesia tahun 2022 berdasarkan hasil SSGI adalah 21,6% dan target RPJMN 2020-2024 untuk prevalensi stunting tahun 2024 adalah 14% (Kementerian Kesehatan RI, 2022; Kementerian Kesehatan RI, 2020; Kementerian Kesehatan RI, 2020). Prevalensi balita stunting di Provinsi Bali tahun 2022 berdasarkan data SSGI yaitu 8,0% yang tersebar 8 kabupaten dan kota. Kabupaten Gianyar merupakan salah satu kabupaten di Bali yang menjadi tujuan pariwisata yang digemari oleh

wisatawan karena keindahan alamnya dan seni rupa yang terdapat di daerah tersebut. Disisi lain ternyata Kabupaten Gianyar masih terdapat balita yang mengalami stunting sebesar 6,3% (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Program percepatan penurunan stunting dilakukan melalui peningkatan efektivitas intervensi spesifik dan perluasan intervensi sensitive secara terintegrasi dan berkesinambungan (Kementerian Kesehatan RI, 2020; Kementerian Kesehatan RI, 2022). Program pencegahan stunting yang selama ini dilakukan pendekatannya pada balita, remaja putri dan ibu hamil. Program pencegahan stunting yang pendekatannya pada balita adalah imunisasi rutin dan dasar lengkap, pemantauan pertumbuhan balita, akses pencarian pengobatan balita sakit, pemberian obat cacing, dan pemberian makanan tambahan balita (Kementerian Kesehatan RI, 2022). Jika dilihat program pencegahan yang diberikan pada balita lebih mengarah pada pencegahan kuratif dan deteksi dini. Program-program yang bersifat promotif masih sedikit diberikan kepada anak-anak berkaitan dengan faktor-faktor yang dapat meningkatkan resiko mengalami stunting.

Pendekatan upaya promotif penting dilakukan pada balita, karena sumber daya manusia yang berkualitas berasal dari anak-anak yang sehat dan Bahagia (Intan, et al., 2023). Upaya promotif yang mudah dilakukan untuk menjangkau balita melalui pendekatan dengan Lembaga PAUD (Pendidikan Anak Usia Dini). Pendekatan pada Lembaga PAUD dilakukan agar materi pendidikan kesehatan mengenai makanan yang bergizi dan melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dapat dimasukkan dalam pembelajaran anak usia dini. Berdasarkan hal tersebut, Lembaga PAUD juga berperan dalam upaya pencegahan stunting pada balita melalui deteksi dini tumbuh kembang anak secara berkala, pemantauan pertumbuhan dan status gizi, menyediakan sarana hygiene sanitasi lingkungan, melakukan pra skrining perkembangan, pemeriksaan kesehatan dasar secara berkala, pengembangan program pendidikan berkualitas dan kerjasama dengan orang tua, fasilitas kesehatan dan pemangku kepentingan (Intan, et al., 2023). Anak usia dini merupakan individu yang sedang mengalami perkembangan dan pertumbuhan yang pesat, sehingga jika diberikan rangsangan akan merespon dengan cepat (Rusilanti, Dahlia, & Yulianti, 2015; Inten & Permatasari, 2019). Anak berusia 3-5 tahun disebut masa golden age, dengan karakteristik berkembangnya konsep diri, rasa ingin tau, imajinasi, belajar menimbang rasa, munculnya kontrol internal, belajar dari lingkungan, berkembangnya cara berpikir, berkembangnya kemampuan Bahasa dan munculnya perilaku (Rusilanti, Dahlia, & Yulianti, 2015). Berdasarkan hal tersebut literasi kesehatan menjadi penting untuk anak usia dini. Literasi kesehatan adalah upaya penyadaran anak dan pencegahan agar anak terhindar dari berbagai gangguan kesehatan dan penyakit yang mengakibatkan perlunya dilakukan pemeriksaan, pengobatan, dan perawatan (Inten & Permatasari, 2019). Literasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan (Inten & Permatasari, 2019; Apriliani & Utami, Fitria Budi, 2021; Hanun, 2022; Syafei & Badriyah, 2019). Berdasarkan hal tersebut dilakukan pengabdian dengan memberikan edukasi kesehatan dengan buku cerita sebagai media edukasi pada

anak usia dini. Hal ini bertujuan agar Anak memahami pesan kesehatan dari penyuluhan kesehatan dengan mudah.

METODE PELAKSANAAN

Pendidikan kesehatan pada anak usia dini yang dilakukan untuk memberikan informasi mengenai aneka ragam makanan bergizi yang dapat dikonsumsi anak. Pendidikan kesehatan ini menggunakan buku cerita anak sebagai media menyalurkan informasi pada anak. Buku cerita bergambar ini dibuat oleh tim pengabdian dengan menyisipkan muatan kesehatan berupa konsumsi aneka ragam makanan bergizi yang berjudul *Aku Suka Makanan Bergizi*.

Lokasi pengabdian yaitu di Alam Kumara Kids Club, Gianyar, Bali. Siswa yang mengikuti kegiatan Pendidikan kesehatan ini terdiri dari 15 siswa yang berusia 30-36 bulan yang didampingi oleh orang tua atau walinya. Kegiatan bercerita dilakukan di outdoor, untuk memberikan suasana yang asri dan tempat yang luas pada anak, agar anak dapat mengeksplor lingkungan sekitar.

Media Pendidikan kesehatan yang digunakan adalah buku cerita bergambar dengan judul "*Aku Suka Makanan Bergizi*". Kegiatan bercerita dilakukan oleh tim pengabdian yang didampingi oleh guru sekolah. Kegiatan diawali dengan pengenalan tim pengabdian, dilanjutkan dengan membacakan cerita yang disisipkan muatan kesehatan kepada anak. Setelah seluruh cerita disampaikan, tim pengabdian melakukan evaluasi untuk menilai penerimaan pesan dari cerita yang telah disampaikan. Penilaian dilakukan melalui observasi keaktifan siswa dalam mengulas informasi kesehatan yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Alam Kumara Kids Club merancang kegiatan anak-anak yaitu mewarnai, menempel, mengenal tanaman dan sayuran, mengenal binatang, mengenal bentuk, bermain, mendengarkan cerita dan yoga. Anak-anak diperkenalkan dengan berbagai kesenian Bali seperti tari Bali, alat musik tradisional Bali dan seni rupa. Alam Kumara Kids Club memiliki koleksi buku cerita anak-anak yang memuat pengetahuan dasar seperti pengenalan anggota tubuh, bentuk, warna, alat transportasi, lingkungan, dan buku mewarnai. Koleksi buku yang bermuatan kesehatan belum dimiliki Alam Kumara Kids Club. Untuk mengatasi belum tersedianya buku cerita bermuatan kesehatan maka tim pengabdian mengisi salah satu aktivitas bercerita di Alam Kumara Kids Club dengan menggunakan buku cerita bergambar yang telah dirancang oleh tim pengabdian.

Pengabdian masyarakat ini menghasilkan media pendidikan kesehatan berupa buku cerita bergambar. Buku cerita bergambar yang berjudul "*Aku Suka Makanan Bergizi*" menggunakan setting tempat di rumah dan seorang anak perempuan sedang melakukan aktivitas. Tokoh utama dalam buku cerita ini adalah seorang anak perempuan yang bernama Putu. Buku ini menceritakan bahwa Putu sedang bermain di rumah dan Ibu sedang memasak makanan di dapur untuk dimakan bersama keluarga. Saat itu Ibu memasak dan menyajikan makanan yang terdiri dari nasi, ikan goreng, sayur, dan buah. Melihat makanan yang disajikan Ibu,

Putu menolak untuk memakannya, karena Putu tidak mau makan ikan goreng dan sayur. Putu menutup mulutnya karena Putu tidak ingin makan ikan goreng. Ibu membujuk Putu agar mencoba untuk merasakan nikmatnya ikan goreng, akhirnya Putu bersedia memakannya. Ternyata ikan goreng sangat lezat, Putu menyukainya. Buku cerita bergambar ini berupaya untuk menjelaskan bahwa terdapat aneka ragam makanan yang dapat dimakan dan membuat tubuh menjadi sehat. Sumber protein tidak hanya dari ayam saja tetapi juga bersumber dari ikan, daging, tempe dan tahu. Begitu pula sumber karbohidrat, vitamin dan mineral dapat diperoleh dari berbagai jenis makanan. Buku ini selain memberikan informasi mengenai berbagai sumber karbohidrat, protein, vitamin dan mineral yang menyehatkan tubuh, tetapi juga mengajak anak-anak untuk berani mencoba makanan baru sehingga anak dapat mengkonsumsi beraneka ragam makanan bergizi.



Gambar 1. Buku cerita bergambar sebagai media Pendidikan kesehatan

Kegiatan bercerita di Alam Kumara Kids Club dilakukan oleh tim pengabdian yang didampingi oleh guru. Anak-anak mendengarkan cerita di ruang terbuka agar mereka bebas mengeksplorasi lingkungan sekitar. Pada saat bercerita, anak-anak ditemani oleh orang tua atau wali. Tim pengabdian membuka kegiatan bersama dengan anak-anak melalui bernyanyi bersama dan berkenalan untuk mendapatkan perhatian dari anak-anak. Pembacaan buku cerita pada anak-anak menekankan informasi-informasi kesehatan yang ingin disampaikan. Secara keseluruhan, kegiatan Pendidikan kesehatan pada anak usia dini berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan rencana program. Kegiatan bercerita tidak hanya diperhatikan oleh anak-anak saja tetapi juga oleh orang tua atau walinya. Evaluasi

dilakukan oleh tim pengabdian kepada anak-anak setelah bercerita. Hal ini dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada anak-anak mengenai macam-macam makanan bergizi, kemudian dilihat berapa jumlah anak yang mampu menjawab pertanyaan tersebut. Berdasarkan hasil evaluasi diperoleh bahwa 80% anak mampu memberikan satu contoh makanan bergizi yang baik dikonsumsi.



Gambar 2. Pendidikan kesehatan dengan buku cerita bermuatan kesehatan

Buku cerita bergambar dengan muatan kesehatan yang dihasilkan oleh tim pengabdian menjadi referensi tambahan untuk mendukung aktifitas pembelajaran di Alam Kumara Kids Club. Buku ini dapat digunakan sekolah untuk memperkenalkan makanan bergizi pada anak-anak. Buku ini dapat menjadi sumber bacaan bagi anak-anak untuk belajar lebih banyak tentang makanan yang sehat dan penting bagi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangannya. Manfaat lainnya adalah pada buku ini anak-anak diperkenalkan pada beraneka ragam makanan yang sehat, sehingga mereka akan belajar bahwa terdapat banyak pilihan makanan yang lezat dan bergizi. Hal ini dapat membantu mereka mengembangkan selera makan yang lebih sehat dan terbiasa dengan makanan yang beragam. Pada saat anak-anak terbiasa mencoba berbagai jenis makanan, mereka akan terbuka untuk mencoba makanan baru dan sehat, yang pada akhirnya dapat membantu anak menghindari kebiasaan makan yang monoton. Hal ini tentunya akan berdampak pada status gizi anak, dengan harapan kejadian stunting pada anak menurun.

Pendidikan kesehatan dengan memanfaatkan buku cerita bergambar menjadi salah satu inovasi dalam menyampaikan informasi kesehatan pada anak usia dini. Ketertarikan anak pada buku cerita bergambar masih tinggi karena rasa penasaran anak-anak masih tinggi terkait gambar-gambar yang ada pada buku tersebut. Buku cerita bergambar dapat dijadikan salah satu media yang digunakan untuk melakukan upaya promotif pada anak usia dini (Intan, et al., 2023; Inten & Permatasari, 2019).

KESIMPULAN

Buku cerita anak bergambar yang dihasilkan tim pengabdian bermanfaat untuk memberikan informasi kesehatan pada anak karena memudahkan dalam proses transfer informasi kesehatan pada anak. Harapannya kedepan dengan adanya kegiatan ini adalah munculnya inovasi terkait media pendidikan kesehatan untuk anak usia dini. Sehingga anak sejak dini mengenali makanan yang bergizi dan nantinya berdampak pada status gizi anak dan penurunan stunting.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada DRTPM Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Riset dan Teknologi yang telah mendanai program pengabdian kepada masyarakat ini. Terimakasih kepada Alam Kumara Kids Club telah menjadi mitra selama proses pelaksanaan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Rencana Aksi Program 2020-2024. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Indikator Program Kesehatan Masyarakat dalam RPJMN dan Renstra Kementerian Kesehatan 2020-2024. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Buku Saku: Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Rusilanti, Dahlia, M., & Yulianti, Y. (2015). Gizi dan Kesehatan Anak Prasekolah. Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya.
- Intan, F., Jaya, M., Sinaga, S., Andriana, D., Sari, M., Padilah, . . . Sopyanti, S. (2023). Literasi Stunting Untuk Anak Usia Dini Di TK Melati Terpadu Kabupaten Ogan Ilir. Aksi Kepada Masyarakat, 3(2), 337-346.
- Inten, D., & Permatasari, A. (2019). Literasi Kesehatan pada Anak Usia Dini melalui Kegiatan Eating Clean. Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini, 3(2), 366-376.
- Apriliani, S., & Utami, Fitria Budi. (2021). Peran Orang Tua dalam Menerapkan Kemampuan Literasi Kesehatan Anak Usia Dini pada Pandemi Covid-19 Dilingkungan Rt.04 Rw.26 Pekayon Jaya Bekasi Selatan. Jurnal Pendidikan Tambusai, 5(2), 3852-3862.
- Hanun, A. (2022, Desember). Hubungan Tingkat Literasi Tentang Gizi Dengan Status Gizi Pada Siswi Di SMKN 4 Tanah Grogot Kalimantan. Media Gizi Kesmas, 11(2), 445-450.
- Syafei, A., & Badriyah, L. (2019). Literasi Gizi (Nutrition Literacy) dan Hubungannya dengan Asupan Makan dan Status Gizi Remaja. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, 8(4), 182-190.