**Studium: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat** p-ISSN 2807-3398
DOI: 10.53867/jpm.v1i3.36 e-ISSN 2807-3401

# Edukasi Virtual Ketahanan Ekonomi Keluarga dalam Lingkup Edukasi Makanan Gizi untuk Kesehatan

**Sri Indah[1*], Hendrik Suhendri[2], Willy Tri Hardianto[3], Poppy Indrihastuti[4], Risnaningsih[5]**

[1,2,3,4,5)] Program Studi Akuntansi, Universitas Tribhuwana Tunggadewi

| Diterima: 14-04-2022 | Direvisi: 25-04-2022 | Disetujui: 26-04-2022 | Dipublikasi: 30-04-2022 |
|---|---|---|---|

## Abstract

*Limited knowledge and low levels of healthy living behavior have a significant impact on nutrition, health, and the economic well-being of families. To address these issues, this community service focused on problem solving, namelu through a virtual education method and self-reflection. Having 40 participants from PKK members in Precet Village, it was conducted through group discussions. The aims of this activity are to (1) improve awareness of balanced nutrition, nutrition, and the benefits of local food, and (2) to increase awareness of local food processing as a means of ensuring nutritional and economic security. This discussion then concluded that educational methods are quite effective at increasing knowledge. Additionally, the distribution of educational contents virtually ensures that the information presented is understood, as it is an audio-visual medium.*

***Keywords:*** *triple burden, education, economic resilience, nutrition*

## Abstrak

Pengetahuan yang terbatas dan rendahnya tingkat perilaku hidup sehat pada masyarakat sangat mempengaruhi gizi, kesehatan, dan perekonomian keluarga. Sebagai upaya mengatasi permasalahan tersebut, kegiatan ini melakukan kegiatan untuk tujuan pemecahan masalah, yakni melalui pendekatan edukasi virtual dan aktivitas refleksi diri. Edukasi dilakukan melalui diskusi kelompok dengan ibu-ibu PKK Dusun Precet sebanyak 40 orang peserta. Tujuan kegiatan pengabdian ini, yaitu (1) Meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang, kandungan gizi, dan manfaat pangan lokal, dan (2) Meningkatkan pengetahuan pengolahan pangan lokal sebagai ketahanan gizi dan ekonomi. Hasil dari kegiatan diskusi adalah bahwa metode edukasi sangat berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan. Selain itu, penyampaian materi secara virtual mempercepat pemahaman informasi yang diberikan karena melibatkan proses audio-visual.

**Kata kunci:** *triple burden*, edukasi, ketahanan ekonomi, gizi

## Pendahuluan

Saat ini Indonesia menghadapi *triple burden*. Hal tersebut terlihat dari belum terselesaikannya masalah gizi kurang, lalu muncul masalah gizi lebih beserta penyakit. Pada tahun 2018, masalah gizi pada balita ditunjukkan dengan prevalensi *wasting* sebanyak 22,3 %, *stunting* sebesar 30,8 % dan gizi kurang sebanyak 13,8 % serta gizi buruk sebesar 3,8%. Masalah gizi lebih ditunjukkan dengan adanya prevalensi kegemukan 11,9% pada tahun 2013 dan 8,9 % pada tahun 2018. Permasalahan kesehatan baik penyakit menular maupun penyakit tidak menular dapat menyebabkan masalah gizi pada berbagai siklus kehidupan (Kemenkes RI, 2018).

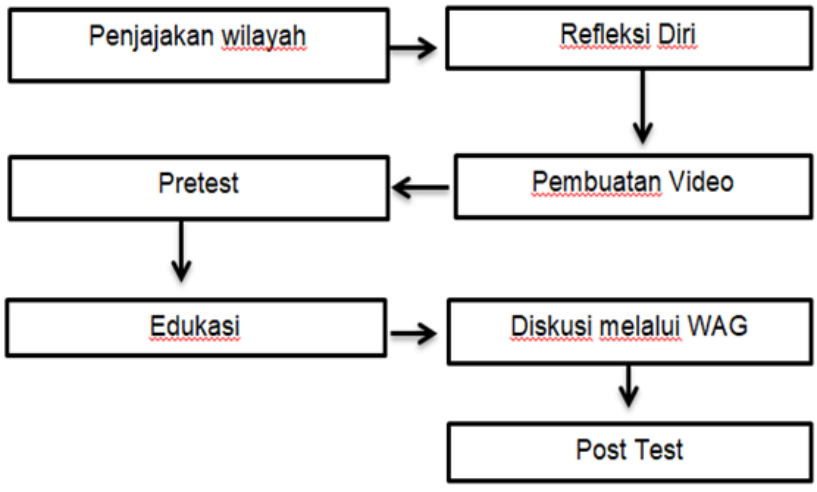
[*] Penulis korespondensi
Email: indahsri729@gmail.com

Penyebab masalah gizi adalah faktor yang multifaktorial. Secara langsung, masalah ini disebabkan karena morbiditas dan asupan makanan yang tidak sesuai. Kedua hal tersebut disebabkan oleh pola asuh yang salah, akses makanan yang kurang, dan pelayanan kesehatan yang kurang optimal. Ibu adalah *caretaker* utama keluarga untuk permasalahan gizi dan kesehatan. Dasar dari masalah gizi disebabkan karena faktor ekonomi dan politik. Jika tidak ditangani dengan baik, akan menimbulkan masalah kesehatan, kualitas manusia, dan mempengaruhi masalah gizi berikutnya. Untuk menghasilkan manusia yang berkualitas, gizi yang baik menjadi sangat diperlukan. Kualitas manusia yang tinggi menunjang keberhasilan dalam pembangunan. Peningkatan ekonomi dapat dilakukan dengan usaha kreatif. Di samping itu, status ekonomi dapat dilihat dari seberapa besar persentase pengeluaran untuk pangan dari total pendapatan. Dengan adanya usaha kreatif dari bahan pangan lokal, diharapkan dapat memenuhi asupan makanan untuk keluarga, mengurangi pengeluaran untuk kebutuhan pangan, dan dapat dijadikan sumber pendapatan alternatif maupun utama.

Edukasi mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku. Metode edukasi sangat berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan. Sementara itu, penyampaian virtual melibatkan proses audio-visual yang dapat mempercepat pemahaman dari informasi yang diberikan. Situasi pandemik yang belum stabil mewajibkan kita untuk menjaga jarak dan melakukan protokol kesehatan. Berdasarkan permasalahan dan kondisi dunia saat ini, diperlukan edukasi virtual ketahanan ekonomi keluarga dalam lingkung edukasi makanan gizi untuk kesehatan sebagai bentuk pertahanan ekonomi keluarga dan kesehatan keluarga. Kegiatan ini dilakukan melakui edukasi virtual tentang gizi dan kesehatan serta usaha produk kreatif pangan lokal padat gizi.

## Metode Pengabdian

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan untuk mengatasi permasalahan rendahnya pengetahuan dan perilaku hidup sehat pada masyarakat yang mempengaruhi gizi, kesehatan dan perekonomian keluarga. Metode pelaksanaan pengabdian dilaksanakan berdasarkan tahapan-tahapan kegiatan berikut ini:




**Gambar 1.** Tahapan-tahapan kegiatan

1. Penjajakan wilayah

   Tahapan penjajakan wilayah bertujuan untuk membangun pemahaman bersama, menumbuhkan komitmen bersama serta merumuskan topik-topik masalah kesehatan masyarakat dengan mewawancarai kepala desa melalui kuesioner terstruktur.
2. Refleksi diri

   Tujuan dari refleksi diri yaitu untuk berkembang dan membuat perubahan lebih baik di masa mendatang melalui metode *focus group discussion* (FGD) dengan menggunakan Zoom.
3. Pembuatan video

   Tujuan pembuatan video adalah untuk memaparkan sebuah konsep edukasi yang akan diberikan, merekam proses edukasi dilakukan, dan memaparkan sebuah berita atau informasi yang berkaitan. Pembelajaran dilakukan menggunakan metode demonstrasi dan mini seminar dengan penggunaan *PowerPoint* dan perangkat lunak Kinemaster.
4. Pre-test

   Pre-test dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman konsep dan kemampuan pemecahan masalah peserta sebelum proses edukasi diberikan. Tahapan ini menggunakan teknik wawancara melalui *Google form*.
5. Edukasi

   Pada dasarnya, tahapan ini dilakukan dengan tujuan untuk memperluas wawasan, memberikan petunjuk, dan mencerahkan pandangan peserta edukasi untuk masa depan. Kegiatan yang dilakukan pada tahapan ini antara lain : wawancara, pengukuran status gizi dan riwayat makan, pengukuran *mental health, self-esteem*, dan *body image*. Kegiatan edukasi dilakukan melalui kuesioner terstruktur dan video edukasi.
6. Diskusi melalui WAG

   Tahapan diskusi melalui WAG dilakukan dengan tujuan memudahkan dan mempercepat respon. Selain itu, fitur-fitur pada WAG mudah untuk digunakan sehingga sangat membantu proses diskusi dan edukasi. Kegiatan dilakukan dengan metode *brain storming,* diskusi kelompok, *role play, problem solving* dan motivasi diri, dengan topik antara lain: gizi seimbang dan ekonomi kreatif dengan bantuan modul pelatihan WAG.
7. Post-test

   Manfaat dari diadakannya tahapan *post test* yaitu untuk mengetahui apakah masyarakat sasaran mengerti dan memahami materi yang telah disampaikan. Dengan hasil *post test*, penulis kemudian dapat memperoleh gambaran tentang kemampuan yang dicapai setelah berakhirnya pembelajaran. Post-test dilakukan melalui wawancara *Google form*.

## Hasil dan Pembahasan

Desa Kenongo berada di dataran rendah dengan ketinggian 450 M dari permukaan air laut. Desa ini termasuk bagian dari Kecamatan Jabung, Kabupaten Malang, yang terdiri dari 4 RW/dusun dan 29 RT, dengan jumlah penduduk 2744 jiwa (1394 jiwa laki-laki dan 1350 jiwa perempuan) yang bergabung dalam 864 KK (BKKBN, 2018). Dusun Precet adalah bagian dari Desa Kenongo. Mayoritas penduduk desa ini bermatapencaharian sebagai pertani dan daerahnya masih kental dengan adat istiadatnya seperti jaranan, pencak silat, dll (Afiati, 2019).

Pandemi COVID-19 berdampak pada penurunan pendapatan masyarakat di pedusunan. Secara tidak langsung, pandemi juga menurunkan potensi asupan gizi makanan masyarakat. Hal tersebut bisa diukur melalui persentase perbandingan pengeluaran untuk pangan bergizi dibandingkan dengan pendapatan yang diperoleh masyarakat.

Dalam upaya mengatasi permasalahan rendahnya pengetahuan dan perilaku hidup sehat masyarakat yang mempengaruhi gizi, kesehatan, dan perekonomian keluarga, edukasi virtual dilakukan sebagai upaya pemecahan masalah. Edukasi dilakukan dengan aktivitas refleksi diri, edukasi dan diskusi kelompok bersama ibu-ibu PKK Dusun Precet sebanyak 40 orang peserta. Tujuan aktivitas ini antara lain: (1) Meningkatkan pengetahuan tentang gizi seimbang, kandungan gizi, dan manfaat pangan lokal, dan (2) Meningkatkan pengetahuan pengolahan pangan lokal sebagai ketahanan gizi dan ekonomi. Kegiatan ini terlaksana dengan dukungan Universitas Tribhuwana Tunggadewi, Malang.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa pemahaman edukasi dapat mempengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku indvidu. Selain itu, metode edukasi berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan, dan penyampaian virtual dengan audio-visual mempercepat pemahaman informasi. Adapun kerangka pemecahan masalah tergambar dalam alur di bawah ini:

**Gambar 2.** Kerangka Pemecahan Masalah

**Gambar 3.** Kegiatan edukasi dan diskusi kelompok ibu-ibu PKK

**Gambar 4.** Dokumentasi bersama

## Kesimpulan dan Saran

### Kesimpulan

Indonesia menghadapi *triple burden* dengan adanya masalah gizi kurang, gizi lebih, dan penyakit. Masalah gizi disebabkan oleh faktor yang bersifat multifaktorial, mulai dari morbiditas, sampai faktor ekonomi dan politik. Pandemi juga memperparah masalah ini, tidak terkecuali pada daerah dusun atau desa seperti di Dusun Precet, Desa Kenongo, Malang. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian berupa edukasi virtual mengenai gizi dan produk kreatif pangan padat gizi dilakukan sebagai upaya mengurangi masalah ini. Setelah diadakan kegiatan edukasi, pengetahuan dan perilaku hidup sehat masyarakat menjadi meningkat. Metode edukasi sangat berpengaruh dalam peningkatan pengetahuan, dan penyampaian secara virtual dengan menggunakan bantuan audio-visual mempercepat pemahaman informasi yang diberikan.

**Saran**

Berdasarkan hasil pengabdian yang dilakukan, dapat dilihat besarnya manfaat kegiatan ini. Maka selanjutnya pelatihan dan sosialisasi yang berkaitan dengan pemahaman hidup sehat pada masyarakat perlu dilakukan.

## Daftar Pustaka

Afiati, A. N. (2019). The Power Of Monggo In Kenogo Village. https://sipemas.uin-malang.ac.id/blog/kekuatan-monggo-di-desa-kenongo

BKKBN. (2018). Kampung KB Desa Kenongo Kecamatan Jabung. Bkkbn.Go.Id. https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/18633/kampung-kb-desa-kenongo-kecamatan-jabung

Kemenkes RI. (2018). Riset Kesehatan Dasar

© 2022 oleh penulis. Pemegang Lisensi Studium JPM, Indonesia. Artikel ini merupakan artikel akses terbuka yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Lisensi Atribusi Creative Commons (CC BY-SA)