



## PENYULUHAN PEMENUHAN NUTRISI ANAK USIA DINI MASA PANDEMI COVID-19

M. Hery Yuli Setiawan<sup>1\*</sup>, Feri Faila Sufa<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Universitas Slamet Riyadi, Indonesia, [heryyuli@unisri.ac.id](mailto:heryyuli@unisri.ac.id)

### ABSTRAK

**Abstrak:** Setiap anak punya potensi untuk tertular virus Covid-19 yang sedang merebak, diperlukan pencegahan dalam upaya memberikan proteks ada anak termasuk dengan memberikan anak tambahan nutrisi yang cukup agar anak memiliki daya tahan tubuh yang baik dan optimal. Hal ini belum disadari betul oleh masyarakat, disini garda terdepan untuk memberikan proteksi dan pencegahan serta dukungan untuk anak tetap terlindungi adalah guru dan orang tua. Permasalahan di POS PAUD yang ada di Kota Surakarta antara lain: (1) Penularan yang terus terjadi termasuk pada anak usia dini. (2) Kesulitan Guru PAUD dalam memberikan Pemahaman kepada orang tua dalam upaya pencegahan dan antisipasi penularan virus pada anak dan (3) pemahaman orang tua dalam memberikan nutrisi yang cukup sebagai upaya peningkatan imunitas anak. Pada kegiatan pengabdian ini digunakan metode kolaboratif. Hasil dari pengabdian ini seluruh peserta memiliki pemahaman tentang pentingnya nutrisi pada anak usia dini sebagai pendukung peningkatan kekebalan tubuh anak dari serangan virus.

**Kata Kunci:** Nutrisi Anak Usia Dini; Covid-19; PAUD.

**Abstract:** Every child has the potential to contract the Covid-19 virus that is spreading, prevention is needed to provide protect there are children by providing children with additional nutrients that are sufficient so that children have a good and optimal immune system. This has not been well realized by the community, here the forefront to provide protection and prevention and support for children to remain protected are teachers and parents. Problems in POS PAUD in Surakarta City include: (1) Transmission that continues to occur including in early childhood. (2) The difficulty of PAUD Teachers in providing Understanding to parents in efforts to prevent and anticipate the transmission of the virus in children and (3) the understanding of parents in providing adequate nutrition as an effort to increase children's immunity. In this devotional activity, collaborative methods are used. As a result of this devotion, all participants had an understanding of the importance of nutrition in early childhood as a supporter of improving the child's immunity from virus attacks.

**Keywords:** Early Childhood Nutrition; Covid-19; PAUD.



#### Article History:

Received : 01-03-2022

Revised : 24-03-2022

Accepted : 16-04-2022

Online : 16-04-2022



This is an open access article under the  
CC-BY-SA license

### A. PENDAHULUAN

POS PAUD Jayengan merupakan lembaga pendidikan yang berada di Kota Surakarta. POS PAUD Jayengan yang letak di tengah Kota besar cukup strategis. Lembaga yang di pimpin kepala sekolah yang sudah berlatang belakang pendidikan S1 PAUD, dengan 4 pendidik ini mempunyai siswa dengan berbagai latar belakang. Lembaga ini sebagai pelopor kegaitan PAUD di Kelurahan Jayengan. Hal ini dapat disimpulkan

memiliki potensi sebagai pemenuhan Hak anak usia dini untuk mendapatkan pelayanan di Kelurahan Jayengan.

POS PAUD sebagai lembaga pendidikan Non formal untuk anak usia dini, mempunyai fungsi salah satunya adalah mengembangkan berbagai aspek, seperti perkembangan bahasa, seni, fisik motorik, kognitif, sosial emosi dan moral. Kehadiran PAUD termasuk POS PAUD sangat penting untuk perkembangan anak. Hal ini dikarenakan di PAUD anak pertama kali keluar dari lingkungan rumah. POS PAUD berperan penting karena pada perkembangan manusia adalah merupakan tahapan awal dalam memasuki tahapan perkembangan selanjutnya. Oleh karena itu salah satu tujuan di POS PAUD adalah mengembangkan perkembangan anak dengan optimal termasuk memberikan penyuluhan pada masyarakat tentang apa yang dibutuhkan oleh anak usia dini.

Kementrian Kesehatan mengungkapkan tingginya angka kekurangan gizi pada anak-anak (Fitri, 2017; Inten & Permatasari, 2019). Kementrian Kesehatan membaginya menjadi tiga kategori. Kategori pertama, indeks kekurangan gizi menurut berat badan per usia. Di Indonesia, kekurangan gizi menurut berat badan per usia mencapai 17% melebihi batas WHO 10%. Kategori kedua, indeks tinggi badan per usia, angka kekurangan gizi masih tinggi, yaitu 27.5%. Adapun batas WHO adalah 20%. Pada kategori ketiga, yaitu indeks berat badan per tinggi badan pun masih di atas batas WHO, angka kekurangan gizi mencapai 11%, sedangkan batas WHO adalah 5% (CNN Indonesia, 2017).

Gizi merupakan sumber dari Nutrisi yang diperoleh tubuh, gizi merupakan asupan yang diberikan kepada anak yang kemudian anak diserap menjadi nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh. Nutrisi adalah ikatan kimia yang diperlukan tubuh untuk melakukan fungsinya, yaitu energi, membangun dan memelihara jaringan, serta mengatur proses-proses kehidupan (Soenarjo, 2000). Menurut Boushey et al. (2001) nutrisi adalah proses dimana tubuh manusia menggunakan makanan untuk membentuk energi, mempertahankan kesehatan, pertumbuhan dan untuk berlangsungnya fungsi normal setiap organ baik antara asupan nutrisi dengan kebutuhan nutrisi. Sedangkam menurut Supriasa et al. (2001), nutrisi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan, dan fungsi normal dari organ-organ, serta menghasilkan energi. Dengan demikian nutrisi didapatkan dari asupan gizi yang diperoleh.

Anak usia dini merupakan masa-masa yang rentan terhadap serangan penyakit baik virus maupun bakteri (Adante, 2018; Ardinasari, 2016). Oleh karena itu, anak membutuhkan gizi yang seimbang supaya tetap sehat dan memiliki perkembangan yang optimal. Dengan pemberian gizi seimbang,

layanan kesehatan dan perawatan yang baik dapat menjadikan anak tumbuh dan berkembang secara optimal (Prima, Eni, 2017).

Berkaitan dengan mengenal potensi anak, maka kebutuhan akan layanan bimbingan pada anak di taman kanak-kanak muncul berdasarkan karakteristik dan masalah-masalah perkembangan yang terjadi pada masa kanak-kanak (Izzaty et al., 2017; Na'imah, 2020). Masalah dalam perkembangan dapat menghambat pencapaian perkembangan masa berikutnya, dan juga mempengaruhi aspek-aspek perkembangan lainnya (Aghnaita, 2017; Ernawulan, 2003). Oleh karena itu bimbingan pendidik dan orang tua merupakan suatu upaya bantuan yang diberikan agar anak dapat melalui proses pembelajaran dengan baik. Oleh karena itu perlunya pendidik dan orang tua mengenali perkembangan anak termasuk potensi-potensi yang dimiliki agar dapat mengelola potensi tersebut menjadi lebih baik dan teraktualisasi.

Keberhasilan dari perolehan nutrisi pada anak usia dini tidak bisa di lepaskan dari peran orang tua dan dukungan dari lembaga pendidikan seperti POS PAUD yang memiliki ases mudah untuk memberikan pengertian dan pemahaman pada orang tua anak. Sehingga ini menjadikan POS PAUD memiliki tanggung jawab untuk dapat memberikan penyuluhan kepada orang tua untuk dapat mengoptimalkan perkembangan anak dengan tetap menjaga Kesehatan anak.

Peran serta lembaga, orang tua dan masyarakat ini sangatlah diperlukan untuk menjaga anak untu tetap sehat terhindar dari virus dan dapat berkembang dengan baik tanpa hambatan. Maka perlu Kerjasama yang baik untuk bertanggung jawab Bersama dengan memberikan perlindungan anak baik agar tetap memiliki Kesehatan yang optial. Kedala yang dihadapi adalah pemahaman guru dan orang tua tentang perlunya nutrisi ini untuk mencegah anak untuk terkena visrus dangan meningkatkan imun anak dengan pemberian nutrisi yang tepat.

Kendala tersebut berasal dari berbagai faktor. Pemahaman orang tua yang rendah terhadap Kesehatan anak ataupun kurangnya rasa ingin tahu orang tua terhadap perkembangan anak. Orang tua hanya memberikan proteksi anak untuk tidak banyak bertemu dengan orang banyak namun belum memperhatikan asupan yang di dapat oleh anak, hal ini terjadi karena latar belakang orang tua yang bukan dari Kesehatan atau pun pendidikan anak usia dini.

Menyadari akan pentingnya peran keluarga, pengelola/pendidik di lembaga PAUD, maka perlu dilakukan upaya yang dapat perolehan nutrisi anak dengan kegiatan penyuluhan pemenuhan nutrisi anak usia dini, yang dapat menambah pengetahuan dan ketrampilan yang dapat mengoptimalkan perkembangan anak.

Sebagai solusi terhadap analisis masalah yang diuraikan di atas, maka tim pengabdian menawarkan untuk memberi pendampingan POS PAUD

dan mengoptimalkan peran orang tua untuk meningkatkan daya tahan tubuh anak dengan pemberian nutrisi. Pelatihan juga diberikan kepada semua pendidik dan orang tua siswa di POS PAUD. Diharapkan setelah dilakukan kegiatan pengabdian orang tua dapat bekerja sama dengan pendidik dalam memberikan perlindungan anak dari virus melalui pemberian nutrisi yang optimal. selanjutnya, disamping mentransfer kegiatan tersebut pada lembaga di lingkungan gugusnya.

## **B. METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian masyarakat telah dilaksanakan di Pos PAUD Permata Hati Serengan, yang dihadiri oleh perwakilan perangkat desa, Bunda PAUD, Pendidik, Kader PKK dan orang tua wali murid, pada tanggal 7 Juni 2021.

Kegiatan pengabdian diharidi oleh undangan antara lain, perangkat desa, kepala sekolah, guru, kader PKK dan orang tua wali murid. Karena dalam masa pandemik maka kegiatan ini tidak lebih dari 15 peserta dari berbagai unsur tersebut.

Metode yang digunakan adalah kolaboratif, tim pengabdian memberikan materi kepada peserta yang hadir pada kesempatan tersebut dengan sebelumnya melakukan pretest pemahaman dan pos tes setelah kegiatan. Peserta pada kegiatan ini nantinya akan menyebar luaskan iptek Kembali kepada masyarakat yang lebih luas lewat forum-forum lain, seperti PKK dan gugus serta pertemuan orang tua.

Setelah kegiatan penyuluhan akan dilakukan pemantauan penyebaran iptek yang telah dilaksanakan dengan monitoring oleh mahasiswa selama 2 bulan.

## **C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian masyarakat telah dilaksanakan pada tanggal 7 Juni 2021 berlokasi di Pos PAUD Permata Hati Serengan, yang dihadiri oleh perwakilan perangkat desa, Bunda PAUD, pendidik, kader PKK dan orang tua wali murid.

Kegiatan dimulai pada pukul 08.00 dengan diawali pembukaan dan sambutan- sambutan, kemudian dilanjutkan dengan kegiatan pretest, Untuk mengetahui penguasaan materi pada guru yang disampaikan diadakan pretest dan posttest. Pretest dilakukan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman peserta secara umum untuk dapat menjadi patokan seberapa kedalaman materi yang akan di sampaikan dan posttest dilakukan untuk mengetahui seberapa besar pemahaman peserta setelah mendapatkan materi. Berdasarkan hasil Pretes, diketahui bahwa peserta masih belum menyadari pentingnya pemenuhan gizi yang seimbang untuk menjaga imun anak agar terhindar dari virus.



**Gambar 1.** Pretest Pemahaman Peserta.

Dari total semua jumlah peserta, sekitar 70% peserta tidak / belum begitu paham dan sisanya 30% sudah lebih paham. Setelah kegiatan di peroleh informasi bahwa data tersebut meningkat sebesar 75% peserta telah memahami dan menyadari gizi sebagai penunjang imun anak usia dini agar tidak mudah terkena virus (gambar 1).

Pada pukul 09.00, pemaparan pertama dibuka dengan materi pertama oleh Bapak M. Hery Yuli Setiawan, M.Pd. beliau adalah Kaprodi PGPAUD FKIP UNISRI. Beliau menyampaikan tentang perkembangan anak usia dini yang holistik dan perlu dekungan oleh semua unsur. Perkembangan anak bukan hanya 6 aspek perkembangan namun juga pertumbuhan Kesehatan dan nutrisi, ditambah lagi dalam keadaan pandemi seperti ini makan perlu perhatian yang ekstra.



**Gambar 2.** Pemaparan materi Bapak M. Hery Yuli Setiawan, M.Pd.

Pada pukul 10.45, penyuluhan dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh Ibu Dina Pertiwi Aji, M.Pd, beliau adalah Dosen PGPAUD FKIP UNISRI, pada paparannya Ibu Dina menjelaskan tentang pentingnya Nutrisi dalam pencegahan penularan virus dengan peningkatan daya tahan tubuh anak melalui pemberian nutrisi atau gizi yang baik (gambar 2). Pada pukul 11.00 dilanjutkan diskusi peserta penyuluhan dengan pemateri.

Setelah pemberian materi maka dilakukan posttest pemahaman peserta setelah diadakan penyuluhan tersebut dan hasilnya mengalami peningkatan pemahaman. Tidak hanya sampai disini peserta diminta untuk dapat menyebarluaskan informasi yang didapat pada forum-forum lainnya seperti gugus dan PKK. Setelah 1 bulan dilakukan pemantau dan survei oleh mahasiswa peserta telah menyebarluaskan informasi tersebut

pada forum gugus dan PKK, dengan demikian target dari penyuluhan ini telah tercapai.

Literasi kesehatan bagi ibu sangat penting terutama perihal gizi dan kesehatan anak (Fitroh & Oktavianingsih, 2020). Berhasil atau tidaknya tumbuh kembang anak salah satunya dipengaruhi oleh peran orang tua karena ditahapan ini menjadi awal mula perkembangan potensi yang dimiliki oleh anak, sehingga semua aspek harus berjalan beriringan. Anwar (2018) setelah diberikan edukasi kepada orang tua dan guru serta memberikan bekal berupa skill untuk melakukan deteksi dini pada permasalahan-permasalahan anak selama tahap pertumbuhan dan perkembangan, terlihat adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan skill orang tua maupun guru dalam melakukan deteksi dini tumbuh kembang anak secara fisik dan psikologis.

#### **D. SIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan Penyuluhan Pemenuhan Nutrisi Anak Usia Dini Masa Pandemi Covid-19 adalah peserta penyuluhan memiliki pemahaman yang baik tentang pemenuhan nutrisi PAUD dalam rangka peningkatan kekebalan tubuh anak untuk dapat terhindar dari virus, melalui kader PKK, guru serta orang tua wali dapat bekerjasama dalam pemenuhan nutri ini untuk memproteksi anak dari berbagai virus melalui pemenuhan gizi, dan terbagunnya rasa bahwa nutrisi itu sangat penting untuk anak usia dini, serta dapat tersebar lebih luas informasi pentingnya nutrisi dalam meningkatkan kekebalan tubuh anak untuk terhindar dari virus.

Satuan PAUD, dan Kader PKK perlu terus meningkatkan pengetahuan dan kompetensi dalam bidang pertumbuhan dan perkembangan anak usai dini untuk dapat memberikan pelayanan yang optimal pada anak usia dini.

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Pada Masyarakat (LPPM) Universitas Selamet Riyadi yang telah mendanai kegiatan pengabdian ini sehingga terlaksana dengan baik.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Adante. (2018). *Pentingnya Asupan Gizi dan Makanan Sehat bagi Perkembangan Anak Usia Dini*. <http://anggunpaud.kemdikbud.go.id/index.php/berita/index/20181121140316/Pentingnya-Asupan-Gizi-dan-Makanan-Sehat-Bagi-Perkembangan-Anak-Usia-Dini>
- Aghnaita, A. (2017). Perkembangan Fisik-Motorik Anak 4-5 Tahun Pada Permendikbud no. 137 Tahun 2014 (Kajian Konsep Perkembangan Anak). *Al-Athfal: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 219–234.
- Anwar, I. F. (2018). GIZI DAN STIMULASI UNTUK PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN OPTIMAL PADA ANAK USIA DINI. *Pangan Dan Gizi*

- Untuk Kesehatan Dan Kesejahteraan Masyarakat*, 1.
- Ardinasari, E. (2016). *Buku Pintar Mencegah dan Mengobati Penyakit Bayi dan Anak*. Zikrul Hakim Bestari.
- Boushey, C. J., Coulston, A. M., Rock, C. L., & Monsen, E. (2001). *Nutrition in the Prevention and Treatment of Disease*. Elsevier.
- CNN Indonesia. (2017). *Angka kekurangan Gizi Indonesia di atas Ambang Batas WHO*. Direktorat Pembinaan Pendidikan.
- Ernawulan, S. (2003). Perkembangan Anak Usia Dini (usia 0-8 Tahun). *Bahan Pelatihan Pembelajaran Terpadu Yayasan Pendidikan Salman Al Farisi*, 1–22.
- Fitri, M. O. (2017). Aplikasi Monitoring Perkembangan Status Gizi Anak Dan Balita Secara Digital Dengan Metode Antropometri Berbasis Android. *Jurnal INSTEK (Informatika Sains Dan Teknologi)*, 2(1), 81–90.
- Fitroh, S. F., & Oktavianingsih, E. (2020). Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), 610–619.
- Inten, D. N., & Permatasari, A. N. (2019). Literasi kesehatan pada anak usia dini melalui kegiatan eating clean. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(2), 366–376.
- Izzaty, R. E., Astuti, B., & Cholimah, N. (2017). Model konseling anak usia dini. *Bandung: Remaja Rosdakarya*.
- Na'imah, A. V. K. (2020). Analisis Problematika Prilaku Perkembangan Anak Usia Taman Kanak-Kanak. *Bunayya: Jurnal Pendidikan Anak*, 6(2), 111–113.
- Prima, Ani, D. (2017). *Booklet Layanan Kesehatan, Gizi dan Perawatan: Kementerian pendidikan dan Kebudayaan*.
- Soenarjo. (2000). *Pengertian Nutrisi Menurut Beberapa Ahli dan Jenis-jenis Nutrisi*. <http://www.diwarta.com/420>
- Supariasa, I., Fajar, I., & Bakri, I. (2001). *Penilaian status gizi*.