

Pengaruh Pelatihan Antropometri terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Pengurus UKS di SMPN 2 Desa Kemuning Lor Jember

The Effect of Anthropometry Training on Knowledge and Skills of UKS Management in SMPN 2 Kemuning Lor Jember Village

Zora Olivia ^{1*}, Nita Maria Rosiana ¹, Arinda Lironika Suryana ¹, Ery Setiyawan Jullev Atmadji ^{2*}

¹ Departement of Health, Politeknik Negeri Jember

² Department of Information Technology, Politeknik Negeri Jember

* zora@polije.ac.id

ABSTRAK

Permasalahan gizi remaja di SMPN 2 Arjasa Kemuning Lor yaitu SDM dan sarana UKS belum optimal dimanfaatkan untuk pemantauan status gizi siswa, keterbatasan pengetahuan tentang gizi remaja, banyak siswa yang tidak sarapan dikarenakan belum adanya informasi tentang pesan gizi seimbang pada remaja, ketidaktahuan cara mengukur dan menentukan status gizi yang benar, belum adanya kemudahan akses informasi gizi remaja dalam mencegah stunting. Permasalahan diatas dapat diatasi dengan beberapa solusi yaitu Pemberdayaan dan peningkatan kapasitas Unit Kesehatan Sekolah (UKS), penyuluhan tentang manfaat memantau status gizi remaja, sosialisasi pesan gizi seimbang dan pilihan makanan tambahan anak sekolah, pelatihan pengukuran antropometri untuk memantau status gizi siswa secara rutin dan berkala. Solusi diatas merupakan kegiatan yang dilakukan pada pengabdian kepada masyarakat di SMPN 2 Arjasa dengan tujuan mensosialisasikan pentingnya pemantauan gizi remaja Metode pelaksanaannya dengan ceramah, demonstasi, praktik dan pendampingan. Mitra kegiatan yaitu siwa siswi pengurus UKS SMPN 2 Arjasa. Hasil kegiatan ini, Siswa-siswi pengurus UKS mampu memberikan layanan pengukuran antropometri dengan benar membantu siswa memantau status gizi mereka. Luaran kegiatan yang diberikan kepada mitra berupa booklet dan video cara pengukuran tinggi badan dan berat badan yang benar.

Kata kunci — Antropometri, UKS, Gizi Remaja, SMPN 2 Arjasa

ABSTRACT

The problem of adolescent nutrition at SMPN 2 Arjasa Kemuning Lor is that human resources and UKS facilities have not been optimally utilized for monitoring the nutritional status of students, limited knowledge about adolescent nutrition, many students do not eat breakfast due to the lack of information about balanced nutrition messages for adolescents, ignorance of how to measure and determine the correct nutritional status, there is no easy access to information on adolescent nutrition in preventing stunting. The above problems can be overcome with several solutions, namely Empowerment and capacity building of the School Health Unit (UKS), counseling about the benefits of monitoring the nutritional status of adolescents, socializing balanced nutrition messages and choices of additional food for school children, training in anthropometric measurements to monitor students' nutritional status regularly and periodically. . The solution above is an activity carried out for community service at SMPN 2 Arjasa with the aim of socializing the importance of monitoring adolescent nutrition. The method of implementation is through lectures, demonstrations, practices and mentoring. The activity partners are students from the UKS management of SMPN 2 Arjasa. As a result of this activity, UKS management students were able to provide anthropometric measurement services correctly to help students monitor their nutritional status. The activity outputs provided to partners are in the form of booklets and videos on how to measure the correct height and weight.

Keywords — Anthropometry, UKS, Youth Nutrition, SMPN 2 Arjasa



1. Pendahuluan

Saat ini, stunting menjadi permasalahan yang dihadapi dunia utamanya Indonesia. Prosentase kejadian di Indonesia yaitu sebesar 30,8% yang melebihi prosesntase stunting di dunia yaitu 21,9% [1], [2]. Data Rikesdas 2018 menunjukkan provinsi Jawa Timur memiliki kasus stunting sebanyak 32,81%. Jember menjadi salah satu kabupaten di Jawa Timur yang menjadi prioritas dikarenakan pada tahun 2019 angka stunting justru mengalami kenaikan yaitu sebesar 37,94 % [3].

Stunting atau kerdil dan pendek adalah kondisi gagal tumbuh pada anak berusia di bawah lima tahun (balita) akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang. Stunting disebabkan oleh faktor multidimensi. Faktor tersebut bisa dibedakan menjadi faktor langsung, tidak langsung dan akar masalah. Faktor langsung yang berhubungan dengan stunting yaitu asupan makanan dan status kesehatan. Faktor penyebab tidak langsung meliputi pola pengasuhan, pelayanan kesehatan dan lingkungan rumah tangga [4].

Desa Kemuning Lor, Kecamatan Arjasa merupakan desa binaan Politeknik Negeri Jember. Berdasarkan profil desa, Desa Kemuning Lor memiliki potensi sumber daya alam dan sumber daya manusia yang memadai dalam rangka mewujudkan desa yang sejahtera lahir dan batin, bidang kesehatan dan sarana-prasarana menjadi dua bidang pembangunan prioritas desa. Namun, dibalik semua itu terdapat permasalahan kesehatan yang dihadapi seperti stunting dan lingkungan yang belum sehat. Stunting menjadi permasalahan kesehatan utama di Desa Kemuning Lor. Berdasarkan Laporan Konvergensi Pencegahan Stunting Tingkat Desa (2019) di Desa Kemuning lor terdapat 8 anak usia 0-23 bulan berada pada risiko stunting/kuning (25%) dan terindikasi stunting/merah (37,5%) [5]. Upaya pengentasan stunting di desa Kemuning Lor yaitu deteksi dini stunting [5], pemenuhan nutrisi balita [6] dan pembuatan PMT dengan variasi bahan makanan berbentuk snack (seperti cookies emping kelor, pudding oreo cokelat kelor dan nugget ayam kelor) [7]. Upaya tersebut belum menyentuh awal mula stunting yang berasal dari permasalahan gizi wanita sejak usia subur.

Wanita usia subur (WUS) adalah wanita yang memasuki usia 15- 49 tahun tanpa memperhitungkan status perkawinannya. Wanita sebagai calon ibu harus memiliki status gizi yang baik. Namun data pada tahun 2017 menunjukkan persentase remaja putri dengan kondisi pendek dan sangat pendek meningkat dari tahun sebelumnya, yaitu 7,9% sangat pendek dan 27,6% pendek. Sebesar 32% remaja putri di Indonesia pada tahun 2017 berisiko kekurangan energi kronik (KEK). Persentase Wanita Usia Subur (WUS) yang berisiko KEK di Indonesia tahun 2017 adalah 10,7%, sedangkan persentase ibu hamil berisiko KEK adalah 14,8% [8].

KEK dapat dicegah dengan pemantauan status gizi pada remaja putri sebagai calon ibu yang dilakukan sejak di sekolah. Pemantauan ini dilakukan oleh Unit Kesehatan Sekolah (UKS) dengan mengukur antropometri pada siswa putri. Hasil wawancara dengan Kepala Sekolah dan Pembina UKS di SMPN 2 Kemuning Lor, selama ini UKS sudah melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan, namun belum ada penentuan status gizi. Petugas UKS belum mengetahui cara penentuan status gizi dan fungsi status gizi tersebut. Pada sekolah tersebut juga belum pernah mendapat penyuluhan gizi. Selama ini, UKS hanya difungsikan sebagai tempat istirahat sementara bagi siswa yang sakit. Fungsi UKS sebagai pendidikan dan pelayanan kesehatan belum berjalan dengan baik.



Gambar 1 Kondisi Unit Kesehatan Sekolah (UKS) di SMPN 2 Kemuning Lor

Peningkatan fungsi UKS dalam bidang pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada siswa tentang gizi remaja. Peningkatan pelayanan kesehatan

dapat dilakukan dengan pelatihan pengukuran antropometri dan menentukan status gizi dan pemantauan status gizi pada petugas UKS. Peran UKS dalam mencegah stunting sejak dini sangat besar. Oleh karena itu perlu pembinaan petugas UKS dengan harapan UKS dapat menjalankan fungsinya sebagai pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan dan pembinaan lingkungan sekolah sehat dengan baik.

2. Target dan Luaran

Mitra dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa-siswi pengurus unit kesehatan sekolah (UKS). 20 siswa ini merupakan petugas UKS pilihan dan perwakilan tiap kelasnya. Mitra sebagai penerima informasi pertama selanjutnya akan menyebarkan informasi tersebut kepada seluruh siswa SMAN 2 Arjasa.

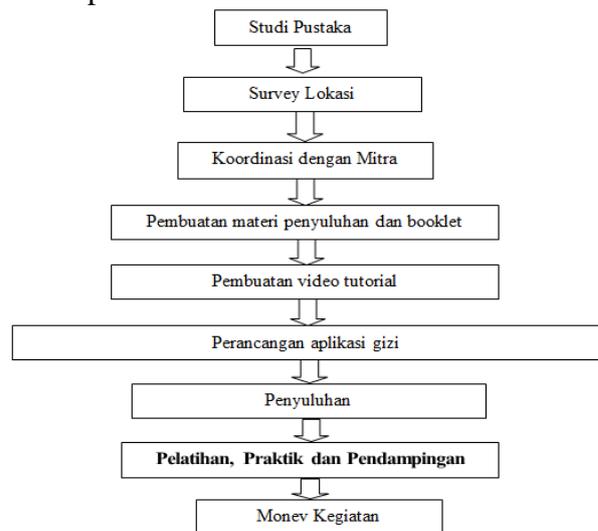
Luaran yang diharapkan dari kegiatan ini yaitu kemampuan mitra menjalankan fungsinya sebagai pendidikan kesehatan utamanya gizi remaja, pelayanan kesehatan pengukuran berat badan serta tinggi badan, dan pembinaan lingkungan sekolah sehat dengan baik.

3. Metodologi

Berisi penjelasan tentang desain eksperimen dan parameter penelitian yang digunakan. Metode ini ditulis secara singkat (tidak lebih dari 600 kata) tetapi cukup rinci untuk memungkinkan metode tersebut diulang atau digunakan oleh peneliti lain. Prosedur penelitian ditulis secara rinci dengan mengacu pada prosedur asli atau modifikasi yang diterbitkan. Metode dan spesifikasi peralatan / bahan yang digunakan seperti bahan kimia, strain mikroba, spesies tanaman, mutan, dll ditulis secara lengkap. Untuk masing-masing metode ditulis menggunakan sub bagian (sub chapter). Penggunaan satuan ukuran mengikuti penulisan sistem internasional.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di laboratorium komputer SMP Negeri 2 Arjasa Kabupaten Jember. Pelaksanaan kegiatan dilakukan mulai bulan Juni-Oktober 2022 yang meliputi kegiatan persiapan hingga tahap pelaporan. Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode wawancara

(indepth interview), ceramah, diskusi, tanya jawab, demonstrasi, praktik dan pendampingan. Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan dapat dilihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Alur Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.

A. Tahap Survey Lokasi

Kegiatan ini dilakukan untuk mengetahui kondisi sarana-prasarana UKS di SMPN 2 desa Kemuning Lor. Sejauh mana program UKS yang sudah berjalan dan penyuluhan kesehatan apa yang sudah pernah diterima serta menggali permasalahan atau hambatan yang dihadapi pengurus dan kader UKS.

B. Tahap Koordinasi dengan Mitra

Pada tahap ini, dilakukan upaya koordinasi yang bertujuan untuk mendapatkan kesepakatan atas solusi permasalahan yang ditawarkan kepada mitra, rencana pelaksanaan kegiatan, tempat pelaksanaan, sasaran peserta, jumlah peserta dan sarana prasarana pendukung yang diperlukan saat pelaksanaan kegiatan. Metode yang digunakan adalah diskusi dua arah.

C. Tahap Pembuatan video tutorial pengukuran antropometri

Video tutorial berisi langkah kerja pengukuran tinggi badan dan pengukuran berat badan yang sesuai dengan standar pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi siswa. Tujuannya adalah untuk memberikan media edukasi kepada mitra.

D. Tahap Penyuluhan Tentang Gizi Remaja

Kegiatan penyuluhan dibagi menjadi 2 sesi dengan dua pemateri dari tim pengabdian. Pemateri pertama akan menyampaikan materi penyuluhan tentang gizi remaja, stunting dan pesan gizi seimbang untuk remaja. Pemateri kedua menyampaikan materi penyuluhan tentang alternatif makanan tambahan untuk anak sekolah. Peserta akan diberikan pre-test di awal sesi dan post test di akhir sesi penyuluhan untuk mengukur peningkatan pengetahuan. Kegiatan penyuluhan ini menggunakan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab.

E. Tahap Praktik dan Pendampingan

Metode yang digunakan pada pelatihan pengukuran antropometri adalah demonstrasi dimana tim pengabdian akan memperagakan urutan cara melakukan pengukuran antropometri dengan pemutaran yang dibuat sebelumnya. Selanjutnya peserta mempraktikkan hasil demonstrasi. Tim pengabdian melakukan pendampingan kepada mitra pada saat peserta mempraktikkan pengukuran antropometri. Peningkatan keterampilan peserta dinilai dari rubrik penugasan praktik.

F. Tahap Monitoring dan Evaluasi Kegiatan

Monitoring dan evaluasi program dilakukan dengan cara melakukan kunjungan ulang ke SMPN 2 desa Kemuning Lor untuk mengevaluasi keberlanjutan program dengan menilai ulang kemampuan mitra melakukan pengukuran antropometri dan menilai kemampuan menggunakan aplikasi gizi menggunakan rubrik penugasan praktik yang sama

4. Pembahasan

Kegiatan awal dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan survey dengan mengunjungi lokasi mitra sekaligus bertemu dengan kepala sekolah dan pembina UKS SMP 2 Arjasa untuk menggali permasalahan mitra. Permasalahan utama adalah kurangnya kegiatan positif yang dilakukan untuk mengisi waktu istirahat, kurangnya aktivitas ini dapat memicu kenakalan siswa. Sehingga sekolah meminta bantuan untuk membuat kegiatan positif

Berdasarkan hasil wawancara dengan bu Atik diperoleh permasalahan bahwa selama ini UKS belum digunakan maksimal hanya sebagai tempat anak jika sakit. Fungsi UKS sebagai pendidikan dan pelayanan kesehatan belum berjalan dengan baik. Untuk itu kami dan Pembina berkolaborasi untuk membuat suatu program yang bisa sejalan dengan program pemerintah terkait stunting. Pihak sekolah sudah melakukan penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan hanya diawal masuk di kelas 1. Penimbangan ini tidak dilakukan oleh UKS. Berdasarkan hasil diskusi, maka diputuskan program pengukuran timbang badan dan tinggi badan menjadi program UKS dan akan dilakukan secara rutin. Oleh sebab itu kami tim pengabdian diminta untuk memberikan pelatihan tentang antropometri dan pentingnya pemantauan status gizi terhadap gizi remaja.

A. Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan

Penyuluhan dengan materi gizi remaja pernah dilakukan di SMP Bandar Lampung [9]. namun belum ada yang mengaitkan dengan status gizi. Pada pengabdian di SMP 2 Arjasa ini kami memberikan penyuluhan tentang gizi seimbang, alternatif makanan tambahan untuk anak sekolah, dan pentingnya pemantauan status gizi remaja. Kegiatan ini dihadiri oleh 15 orang peserta atau sebesar 100% kehadiran. Materi yang disampaikan ada 2 sesi yaitu. Metode yang digunakan adalah penyampaian materi melalui ceramah dan dilanjutkan dengan diskusi terbuka.



Gambar 3 Presentasi Materi Penyuluhan Gizi Remaja dan alternatif makanan tambahan untuk anak sekolah

Sebelum dan sesudah penyuluhan dilakukan tes pengetahuan tentang materi gizi remaja dan alternatif makanan. Sebelum penyuluhan pengurus UKS memperoleh nilai rata-rata 41,7.

Setelah penyuluhan pengurus UKS memperoleh nilai rata-rata 75,6 . Jika nilai tersebut dilakukan analisa statistic paired T tes maka akan dihasilkan nilai sig 0,000 artinya berbeda signifikan karena nilai $p < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan tentang gizi remaja dan alternative makanan tambahan mampu meningkatkan pengetahuan siswa. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh nasihah tahun 2016 [10]. Penelitian tersebut menyatakan penyuluhan gizi dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa dalam memilih jajanan. Antusiasme peserta sangat tinggi dibuktikan dengan saat penyuluhan banyak pertanyaan ataupun tanggapan yang dilontarkan peserta terkait dengan materi yang disampaikan. Komunikasi dapat terjalin dua arah saat diskusi.



Gambar 4 Pengisian Kuesioner Kegiatan Penyuluhan

B. Pelatihan, Praktik dan Pendampingan

Pelatihan antropometri bertujuan agar siswa mampu melakukan pemantauan status gizi secara berkala. Pentingnya pemantauan status gizi sesuai dengan penelitian yang dilakukan warida 2021 adalah agar siswa mampu mengevaluasi pola makan pakah sudah sesuai dengan pedoman gizi seimbang [11]. Pelatihan pengukuran antropometri yang diawali dengan memperhatikan video tutorial pengukuran berat badan menggunakan timbangan digital dan pengukuran tinggi badan dengan stature meter.



Gambar 5 pemutaran video pelatihan antropometri

Setelah pemutaran video, siswa siswi SMP 2 Arjasa ini diminta untuk melakukan simulasi pengukuran, ada yang bertindak sebagai petugas UKS dan siswa yang diukur. Dalam simulasi siswa siswi didampingi oleh tim pengabdian .



Gambar 6 Simulasi penimbangan berat badan dan tinggi badan

Peningkatan keterampilan peserta dalam pengukuran antropometri terlihat dari hasil rubrik penugasan praktik . Skoring saat sebelum pelatihan dari 15 siswa terdapat 15 siswa dengan skoring dibawah 80. Setelah pelatihan dari 15 siswa terdapat 3 siswa skoringnya dibawah 80 karena lupa mengarahkan siswa untuk melepas jam tangan dan mengeluarkan barang di saku sebelum timbang. Skoring penugasan praktik ini diuji beda dan dihasilkan $p < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa pelatihan pemeriksaan dapat meningkat keterampilan siswa.

C Monitoring dan Evaluasi

Pada saat dilakukan monitoring dan evaluasi, secara garis besar masih ditemukan keterbatasan dan kendala dalam pelaksanaan program ini, meliputi (1) UKS hanya membuka layanan saat istirahat, (2) hanya beberapa saja siswa yang mau mengukur tinggi badan dan berat badan saat istirahat. Kedepan perlu adanya koordinasi lebih lanjut dalam upaya meningkatkan minat siswa dalam mengukur tinggi badan dan berat badan secara berkala.

5. Kesimpulan

Program pengabdian kepada masyarakat ini dapat meningkatkan pengetahuan mitra tentang pentingnya mengetahui status gizi dan hubungan dengan pola makanan siswa sehari-hari. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan secara signifikan nilai rata-rata kuisioner pengetahuan antara sebelum dan sesudah penyuluhan. Kehadiran peserta dalam kegiatan ini sebesar 100%. 12 siswa sudah mampu melakukan simulasi pengukuran tinggi badan dan berat badan temannya sesuai SOP pengukuran dan mencatat di data yang sudah disiapkan.

Program pengabdian kepada masyarakat dengan mitra pengurus UKS yaitu siswa SMA Negeri 2 Arjasa dapat terealisasi meskipun terdapat keterbatasan capaian jangkauan program ke seluruh siswa karena kurangnya minat siswa untuk datang ke UKS hingga kegiatan selesai.

Saran yang dapat diberikan demi keberlanjutan program adalah memotivasi mitra agar tetap meneruskan program UKS pemantauan status gizi dengan mengemas dalam acara yang lebih menarik.

6. Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Direktur dan seluruh staff P3M Politeknik Negeri Jember yang telah memberikan dukungan pendanaan sumber dana PNPB tahun 2022 sehingga kegiatan ini dapat terselesaikan serta.

7. Daftar Pustaka

[1] Kemenkes RI, 'Laporan Nasional RISKESDAS 2018.pdf', *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. p. 198, 2018.

- [2] WHO and UNICEF, 'Water, sanitation, hygiene, and waste management for the COVID-19 virus'.
- [3] D. I. Mayasari, 'Evaluasi Program Gerakan 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK) Dalam Pencegahan Stunting di Puskesmas Jelbuk Kabupaten Jember', 2019.
- [4] L. S. Nisa, 'Kebijakan Penanggulangan Stunting Di Indonesia', vol. 13, pp. 173–179, 2018.
- [5] A. Deharja, M. W. Santi, and M. Yunus, 'Peningkatan Kompetensi Kader Dalam Upaya Pencegahan Stunting Balita Pada Masa Pandemi Covid -19 Melalui Implementasi E-Posyandu Di Desa Kemuning Lor Jember', pp. 29–34, 2020.
- [6] E. A. Septiyono, L. Sulistyorni, F. N. Qomariyah, and I. D. Arini, 'Sikap Ibu Dalam Pemenuhan Nutrisi Balita Sebagai Determinan Status Nutrisi Balita Di Arjasa Jember', *Jurnal Kesehatan dr. Soebandi*, vol. 7, no. 2, pp. 79–86, 2019.
- [7] M. W. Santi, C. Triwidiarto, T. M. Syahniar, R. Firgiyanto, and M. Andriani, 'Peningkatan Pengetahuan Kader Posyandu dalam Pembuatan PMT Berbahan Dasar Kelor sebagai Upaya Percepatan Pencegahan Stunting', *Dharma Raflesia : Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, vol. 18, no. 2, pp. 77–89, 2020, doi: 10.33369/dr.v18i2.12056.
- [8] M. Muhdar, R. Rosmiati, G. Tedy Tulak, E. Saputri, and R. Wahyu Susanti, 'Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Stunting Pada Wanita Usia Subur, Ibu Hamil Dan Ibu Balita Di Kecamatan Polinggona', *LOGISTA - Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat*, vol. 3, no. 2, p. 142, 2019, doi: 10.25077/logista.3.2.142-148.2019.
- [9] N. Baharza and D. Putri, 'Penyuluhan Gizi Seimbang Pada Remaja di SMPN 29 Bandar Lampung', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 2, no. 2, pp. 171–176, Oct. 2019.
- [10] A. Nasihah, 'Pengaruh Penyuluhan Gizi Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Perubahan Sikap Dalam Pemilihan Makanan Jajanan Pada Remaja Gizi Lebih di SMPN 4 Padang Panjang Tahun 2016', Universitas Andalas, 2016.
- [11] S. H. S. Warida, 'Pemantauan Status Gizi Pada Siswa SMPN 35 Kota Bekasi Di Masa Pandemi Covid 1', 2021, pp. 149–156.

