
Pendidikan Kesehatan dan Pemberian Makanan Tambahan untuk Penanganan Diare pada Balita dengan Formula Bubur Tempe di Wilayah Puskesmas Sei Jang

Komala Sari*¹, Meily Nirnasari², Kony Putriani³

^{1,2}STIKes Hang Tuah Tanjungpinang

³STIKes Abdurrahman Pekanbaru

Email Penulis Korespondensi (*): komalasariyunandys@gmail.com

Abstrak

Diare dapat terjadi akibat dari konsumsi makanan maupun minuman yang terkontaminasi oleh bakteri, virus, atau parasit. Mayoritas penderita diare adalah anak berusia dibawah lima tahun (balita) dengan prevalensi sebesar 12,2%. Penyakit diare dapat berakibat fatal apabila penderita diare mengalami dehidrasi berat. Pemberian bubur tempe kepada penderita diare ini dapat mempersingkat durasi diare akut serta mempercepat pertambahan berat badan setelah menderita diare akut. Diare masih menjadi salah satu masalah kesehatan anak khususnya di daerah pesisir dan dapat menimbulkan kejadian luar biasa. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakat dalam menanganani kasus kejadian diare pada balita serta pembuatan makanan tambahan berbahan tempe yang mengandung tinggi protein, asam amino serta prebiotik dan probiotik. Metode yang digunakan dikemas dalam bentuk pendidikan kesehatan beserta cara pembuatan pembuatan bubur tempe sebagai makan tambahan dalam penanganan diare. Hasil didapatkan setelah dilakukan Pemberian pendidikan kesehatan tentang penanganan diare dengan pemberian bubur tempe telah membuktikan bahwa pengetahuan dan keterampilan masyarakat meningkat.

Kata Kunci: Balita, Bubur Tempe, Diare

Abstract

Diarrhoea can result from the consumption of food or drink contaminated with bacteria, viruses or parasites. The majority of diarrhoea sufferers are children under the age of five with a prevalence of 12.2%. Diarrhoeal disease can be fatal if diarrhoea sufferers experience severe dehydration. Giving tempe porridge to diarrhoea patients can shorten the duration of acute diarrhoea and accelerate weight gain after suffering from acute diarrhoea. Diarrhoea is still one of the child health problems, especially in coastal areas and can cause extraordinary events. The aim of this activity is to provide health education to the community in dealing with cases of diarrhea in toddlers as well as making additional foods made from tempeh which contain high levels of protein, amino acids as well as prebiotics and probiotics. The method used is packaged in the form of health education along with how to make tempe porridge as an additional meal in handling diarrhoea. The results obtained after the provision of health education on diarrhoea management by giving tempe porridge have proven that the knowledge and skills of the community have increased.

Keywords: Toddler, Tempeh Porridge, Diarrhoea

PENDAHULUAN

Gangguan Pencernaan yang sering terjadi pada balita adalah diare. Tanda gejala diare salah satunya ialah dengan adanya frekuensi meningkat, cair dan lembek pada saat buang air besar. Kondisi yang terus menerus pada kasus diare ini bisa menyebabkan balita kekurangan cairan atau tidak terhidrasi dan dapat menyebabkan kondisi yang fatal. Penanggulangan diare yang dilakukan oleh pemerintah dalam menekankan kasus ini dengan mengadakan kegiatan sanitasi lingkungan, pembuatan jamban *septic tank*. (Kemenkes RI, 2019)

Upaya lain yang dilakukan pemerintah adalah mencanangkan tata laksana diare pada anak, dengan lima langkah tuntas diare yaitu pemberian cairan, tablet *Zinc* selama 10 hari, pemberian ASI eksklusif serta memberikan makanan tambahan, pemberian promosi kesehatan pada keluarga dan pemberian antibiotik yang sesuai. (Cheng & Chung, 2011). Balita yang menderita diare membutuhkan diet yang sangat adekuat dalam proses penyembuhan. Salah satu diet yang diberikan pada balita adalah pembuatan makanan tambahan bubur tempe yang sangat kaya dengan protein tinggi, dan anti bakteri.

Pada tahun 2018 diperoleh data dari pencegahan dan pengendalian penyakit (P2P) Dinas Kesehatan Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana Kota Tanjungpinang terdapat kasus diare sebanyak 7.334 kasus, dengan angka kesakitan diare tertinggi di wilayah Puskesmas Sei Jang sebanyak 1.833 kasus. Sebagian penduduk wilayah Puskesmas Sei Jang berada di wilayah pesisir pantai. Pemukiman penduduk yang banyak berada di atas laut, dan banyaknya limbah yang di buang dilaut, serta penggunaan air laut dan sedikitnya air bersih dan tidak menerapkan pola hidup bersih menjadi faktor resiko tingginya kejadian diare.

Tempe merupakan pangan tradisional dengan bahan dasar kedelai melalui proses fermentasi yang mengandung komponen fungsional prebiotik dan probiotik, serat larut, asam lemak *omega 3 polyunsaturated*, *konjungsi asam linoleat*, antioksidan pada tanaman, vitamin dan mineral, beberapa protein, peptida dan asam amino seperti fosfolipid, banyak mikroorganisme yang dipertimbangkan sebagai prebiotik yang digunakan untuk memelihara produk pangan tradisional dengan cara fermentasi dan keberadaan makanan ini bermacam-macam angka mikroorganisme yang digunakan bersamaan dengan hasil akhir dari fermentasi produk dan metabolisme lainnya. Dengan adanya kandungan tersebut, dapat mempercepat pembentukan feses dan menekankan frekuensi diare. Makanan ini sangat efektif dalam menangani diare pada balita dengan membuat panganan bubur tempe yang murah dan meriah.

Hasil wawancara pada 5 orang ibu yang mempunyai balita di wilayah kerja Puskesmas Sei jang diketahui bahwa semua ibu yang di wawancara belum mengetahui tentang penanganan diare pada balita dengan bubur tempe, dan selama ini belum pernah ada yang melakukan pendidikan kesehatan tentang penatalaksanaan diare. Oleh karena itu, perlu adanya pendidikan kesehatan mengenai penyakit diare dan penatalaksanaannya dengan pemberian bubur tempe, agar ibu-ibu yang memiliki balita mampu membuat

bubur tempe jika terjadi diare pada anaknya.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan menggunakan metode pendidikan kesehatan tentang penyakit diare dan Demonstrasi tentang cara membuat Bubur Tempe dengan media dan bahan pembuatan bubur tempe. Khalayak sasaran pengabdian masyarakat ibu-ibu yang mempunyai balita dan kader yang ada di 14 posyandu wilayah kerja puskesmas Sei Jang. Pelaksanaan Pengabdian ini tentu saja melibatkan Mitra yaitu staf tenaga kesehatan puskesmas Sei Jang. Pada saat pelaksanaan pengabdian berkoordinasi dengan pihak puskesmas Sei Jang dan bekerja sama dengan Bidan kelurahan di masing-masing Posyandu di wilayah kerja Puskesmas Sei Jang. Adapun Posyandu tersebut adalah :

1. Posyandu Ananda
2. Posyandu Janur Kuning
3. Posyandu Seroja
4. Posyandu Harapan
5. Posyandu Sei Jang Laut
6. Posyandu Damai
7. Posyandu Mekar Sari
8. Posyandu Kenanga Indah
9. Posyandu Tunas Salam
10. Posyandu Pandan Wangi
11. Posbang mahakam
12. Posbang Nusantara
13. Posbang Bunga Serai
14. Posbang Sei Jang

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian dilakukan melalui tiga tahapan, di mana tahap pertama merupakan tahap persiapan. Pada tahap ini pengabdian melakukan survey pendahuluandi wilayah kerja puskesmas dan lokasi 14 posyandu puskesmas Sei Jang. Pada tahap ini pengabdian memberikan kuesioner pada kader posyandu, kemudian pada ibu-ibu yang memiliki balita di wilayah kerja puskesmas Sei Jang.

Tahap kedua pengabdian dibantu staf tenaga kesehatan puskesmas Sei Jang melatih kader posyandu serta ibu-ibu yang mempunyai balita di wilayah kerja puskesmas Tanjungpinang. Tahap kedua, kegiatan di masing-masing posyandu selama 3 kali kegiatan pengabdian akan membuat bubur tempe yang langsung dibuat secara mandiri oleh kader dan ibu-ibu untuk diberikan ke balita di posyandu tersebut sebagai penanganan awal pada penyakit diare.

Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini dikemas dengan menggunakan menggunakan metode ceramah, diskusi dan latihan. Adapun langkah-langkah dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah sebagai berikut:

1. Peserta pelatihan diberikan pendidikan kesehatan mengenai kandungan tempe sebagai makanan tambahan dan kandungan yang bergizi sebagai upaya pencegahan dini diare.
2. Peserta diberikan kesempatan untuk mendiskusikan materi yang telah diberikan. Kesempatan tanya jawab diberikan untuk memperjelas hal-hal yang masih menjadi keraguan.
3. Peserta berlatih dengan cara berkelompok satu kelompok 5 sampai dengan 6 orang lalu, mendemostrasikan untuk membuat bubur tempe.
4. Peserta diberikan bimbingan cara memasak mengolah bubur tempe.
5. Hasil tersebut akan di praktikkan lagi, setiap ada posyandu di tempatnya masing-masing lalu akan diberikan ke semua balita yang berkunjung ke posyandu wilayah kerja puskesmas Sei Jang.

Ditahap ketiga, melakukan pendampingan pada ibu dan kader posyandu yang di bantu oleh tenaga kesehatan dengan menggunakan lembar pengamatan. Kemudian data yang didapatkan tersebut di olah. Peserta yang menghadiri kegiatan pengabdian masyarakat pada awal kegiatan mayoritas mengatakan belum mengetahui penanganan diare pada balita menggunakan bubur tempe dan apa kandungan tempe sehingga dapat mengurangi diare. Secara teori, Riset ilmiah modern membuktikan bahwa tempe mengandung prebiotik yang merupakan nutrisi bagi pertumbuhan dan aktivitas bakteri atau mikroorganisme yang menguntungkan sehingga penyerapan makanan dari usus halus mencapai usus besar dapat terlindungi. Dengan demikian maka nutrisi dari formula yang disajikan dapat dicerna dengan baik sehingga daya tahan tubuh semakin baik dan berdampak pada hari kesembuhan semakin pendek. Probiotik diduga dapat mencegah dan mengendalikan diare.

Probiotik merupakan mikroorganisme dengan jumlah yang cukup dan dapat mengubah pertumbuhan bakteri patogen dalam usus sehingga menyebabkan saluran pencernaan menjadi higienis. Probiotik berasal dari kultur bakteri yang bermanfaat bagi kesehatan usus, bakteri ini juga dapat mencegah bakteri berbahaya penyebab penyakit. Prebiotik secara sederhana digambarkan sebagai mikrobial yang memberikan keuntungan kesehatan melalui efeknya dalam saluran intestinal.

Prebiotik merupakan komponen yang tidak dapat dicerna dan memberi keuntungan bagi tubuh sehingga dapat mendorong rangsangan pertumbuhan dan aktivitas sejumlah bakteri menguntungkan yang dapat meningkatkan kesehatan tubuh. Dengan kata lain prebiotik sebagai nutrisi bagi bakteri meliputi karbohidrat dan serat pangan yang melindungi penyerapan dalam usus halus mencapai usus besar ketika sebagian besar bakteri berkembang. Karakteristik utama dari prebiotik adalah tahan terhadap enzim pencernaan dalam usus manusia tetapi difermentasikan oleh koloni mikroflora dan bifidogenik dan efek dari pH rendah. Dengan efek ini prebiotik dapat menghalangi bakteri patogen (*Clostridium*) dan dapat mencegah terjadinya diare. Keuntungan utama dari prebiotik adalah dapat mengurangi bakteri yang mempunyai potensi berbahaya pada usus, dengan demikian mengurangi resiko terjadinya diare (Ma'rifah, 2017).

Mengingat manfaat yang dapat diperoleh, maka intervensi dengan makanan balita formula bubur tempe dalam program penanggulangan diare, dan perbaikan makanan pendamping ASI untuk anak, merupakan suatu tindakan yang tepat untuk menekan angka kematian bayi dan anak balita, sehingga dapat meningkatkan taraf kesehatan bangsa.



Gambar 1. Lokasi PT dan Mitra berjaraknya 8 KM





Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang penanganan diare pada balita dengan bubur tempe telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjungpinang. Hasil yang didapatkan adalah adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang penyakit diare dan penanganan diare pada balita dengan bubur tempe. Peserta mengalami peningkatan keterampilan dalam upaya penanganan diare pada balita dengan mendemonstrasikan kembali cara pembuatan bubur tempe.

REFERENSI

- Fitri, Risdiana. 2022. Pengaruh Pemberian Diet Bubur Tempe Terhadap Frekuensi dan Konsistensi Bab pada Balita dengan Diare Di Puskesmas Bahagia Bekasi. *Vol. 4 No. 4 : Jurnal Pendidikan dan Konseling*.
- Hidayat, Aziz Alimul. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Jakarta: Salemba Medika. 2018.
- Kemendes RI. *Pedoman Umum Pemberian Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI)*. Jakarta. 2019
- Makassar. 2015. Fatsecret Indonesia.2017. *Kandungan nutrisi tempe dalam 50 gram*. <http://www.fatsecret.co.id/kalorigizi/umum/tempegoreng?portionid=4969001&portionamount=50,000> diakses pada tanggal 12 Januari 2021.
- Sari, Nurrohmah. 2019. Bubur Tempe Membantu Penanganan Pada Balita. Vol 3. No 1. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Gemassika*
- Saryono. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Mitra Cendika. 2008.
- Setiawati, Henni. 2015. *Pengaruh pemberian diet bubur tempe terhadap frekuensi BAB pada anak diare*. RS. PKU Muhammadiyah. Surakarta.
- Simanungkalit, Muliana. Pemberian Bubur Tempe terhadap Lamanya Diare Akut pada Balita di Puskesmas Puruk Cahu. *Vol 7 No 1 2021 : Jurnal Kesehatan Manarang*
- Suriadi & Yuliani, 2016, *Asuhan Keperawatan pada Anak*, Edisi Kedua, Penebar Swadaya : Jakarta
- Susirah S Et-Al. *Penuntun Diet Anak*. Rumah Sakit Cipto Mangunkusumo Dan Persatuan Ahli Gizi Indonesia, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama. 2017.
- Profil Dinkes Kota Tanjungpinang. P2P (Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tanjungpinang. 2018