

Penerapan Pola Konsumsi B2SA dalam Mengantisipasi Covid-19 Lingkup Anak Sekolah Minggu

Marselinus Laga Nur^{#1}, Dominirsep O Dodo²

#Prodi S1 IKM, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana

¹marselinus.laga.nur@staf.undana.ac.id

²dominirsep.dodo@staf.undana.ac.id

Abstrak

Penganekaragaman pangan menjadi salah satu pilar utama dalam mewujudkan ketahanan pangan menuju kemandirian dan kedaulatan pangan. Kenyataannya sampai saat ini, pola konsumsi pangan masyarakat masih menunjukkan kecenderungan kurang beragam dari jenis pangan dan keseimbangan gizinya. Secara umum, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengarahkan anak-anak sekolah minggu dan pemuda untuk berpartisipasi aktif dalam melakukan tindakan preventif terhadap peluang munculnya masalah kekurangan gizi, dan menghindari dampak kejadian covid-19. Meningkatkan pengetahuan, pemahaman, dan perilaku anak-anak dan pemuda tentang B2SA (Beragam, Bergizi, Seimbang dan Aman). Mendukung program pemerintah daerah dalam menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Pelaksanaan pengumpulan data dalam pengabdian ini menggunakan jenis Eksplorasi dengan kombinasi rancangan Observasi dan *Cross sectional Study*. Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 26 Mei 2021 dengan lokasi kegiatan Jemaat Marturia Oesapa Selatan, Kota Kupang. Adapun target pelaksanaan kegiatan adalah kelompok Anak-anak sekolah minggu dan Pemuda di Jemaat Marturia Oesapa Selatan, Kota Kupang yang berdasarkan data survei sebanyak 100 orang. Peserta dapat memahami materi yang disampaikan. Ditandai dengan keaktifan dalam diskusi dan pencarian topik-topik baru yang berkaitan dengan Covid-19.

Kata kunci: keanekaragaman pangan, bergizi, bermutu, sehat, aman.

Abstract

Food diversity is a main base in perform food security to independent and sovereignty. Actually, community food pattern still in not diverse in kind and balancing nutrition. This community service activity is aim to direct child and teenager in Sunday school to participate actively in prevent malnutrition problem and avoid covid19 impact. Increase knowledge and behaviour about Diverse, Nutrition, Balancing and Secure (DNBS). Support governmental program to keep and increase community health level. The data was collected exploratively with observation and cross sectional combination. This service was held in May 26th 2021, located in Marturia church Oesapa Selatan, Kota Kupang. Objected children and teenager of this church about 100 persons. They can get the content was given. It was known by their activity in discussion and looking for other topics was relevant with Covid-19.

Keywords: Food diversity, nutrition, quality, health, safety

1. PENDAHULUAN

Setiap individu pasti membutuhkan pangan yang berkualitas untuk dapat hidup sehat, aktif dan produktif. Konsumsi pangan yang berkualitas dapat diwujudkan apabila makanan yang dikonsumsi sehari-hari mengandung zat gizi lengkap, dengan jumlah yang berimbang antar kelompok pangan, serta memperhatikan cita rasa, daya cerna, daya terima dan daya beli masyarakat. Pola konsumsi pangan sehat tersebut dikenal dengan istilah Pangan Beragam, Bergizi, Seimbang dan Aman (B2SA). Berkaitan dengan hal tersebut, penganekaragaman pangan menjadi salah satu pilar utama dalam mewujudkan ketahanan pangan menuju kemandirian dan kedaulatan pangan. Salah satu strategi dasar untuk mewujudkan perbaikan konsumsi pangan masyarakat agar beragam, bergizi seimbang dan aman adalah melalui upaya peningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya penganekaragaman konsumsi pangan B2SA.

Implementasi konsumsi pangan yang memenuhi prinsip B2SA dalam keluarga dilakukan melalui pemilihan bahan pangan dan penyusunan menu. Kualitas konsumsi dipengaruhi oleh keragaman jenis pangan yang dikonsumsi. Pengetahuan akan pentingnya konsumsi pangan B2SA tersebut perlu disosialisasikan sampai pada tingkat terkecil dalam kelompok masyarakat, yaitu keluarga. Didalam suatu keluarga, ibu yang berperan sebagai penentu dan penyedia menu keluarga, dan memegang peranan penting terhadap kualitas konsumsi pangan setiap individu dalam keluarganya [1].

Kenyataan sampai saat ini, pola konsumsi pangan masyarakat masih menunjukkan kecenderungan kurang beragam dari jenis pangan dan keseimbangan gizinya. Pola konsumsi pangan B2SA ini berfungsi untuk mengarahkan agar pola pemanfaatan pangan memenuhi kaidah mutu, keanekaragaman, kandungan gizi, keamanan dan kehalalan, disamping juga untuk efisiensi untuk mencegah pemborosan dalam pengeluaran biaya rumah tangga sehari-hari. Pola konsumsi pangan B2SA ini juga mengarahkan agar pemanfaatan pangan dalam tubuh (*food utility*) dapat optimal, dengan peningkatan kesadaran atas pentingnya pola konsumsi beragam dengan gizi seimbang mencakup energi, protein, vitamin dan mineral, serta aman [2].

Pola konsumsi pangan dalam rumah tangga dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kondisi ekonomi, sosial, dan budaya setempat. Untuk itu penanaman kesadaran pola konsumsi yang sehat perlu dilakukan sejak dini melalui pendidikan formal dan non-formal. Kesadaran yang baik akan lebih menjamin terpenuhinya kebutuhan gizi masing-masing anggota keluarga sesuai dengan tingkat usia dan kebutuhannya [3].

2. LANDASAN TEORI DAN METODE

Pemerintah menerbitkan Peraturan Presiden (Perpres) No. 22 Tahun 2009 tentang Kebijakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan Berbasis Sumberdaya Lokal. Perpres ini mengamanatkan bahwa untuk mewujudkan penganekaragaman pangan diperlukan berbagai upaya secara sistematis dan terintegrasi. Perpres ini sudah ditindaklanjuti, dengan Peraturan Menteri Pertanian No.43 Tahun 2009 tentang Gerakan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP) Berbasis Sumberdaya Lokal sebagai acuan yang lebih operasional dalam implementasinya.

Implementasi dari Perpres dan Permentan tersebut, Kementerian Pertanian melalui Badan Ketahanan Pangan meluncurkan program optimalisasi pemanfaatan pekarangan melalui salah satu kegiatan Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP). Program ini sejalan dengan empat target kunci sukses Kementerian Pertanian, yang salah satunya adalah diversifikasi pangan. Sebagai bentuk keberlanjutan program Percepatan Penganekaragaman Konsumsi Pangan (P2KP) Berbasis Sumber Daya Lokal Tahun 2010, pada tahun 2014 program P2KP diimplementasikan melalui kegiatan: (1) Optimalisasi Pemanfaatan Pekarangan melalui konsep Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL), (2) Model Pengembangan Pangan Pokok Lokal (MP3L), serta (3) Sosialisasi dan Promosi P2KP. Melalui 3 (tiga) kegiatan besar ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas konsumsi pangan masyarakat untuk membentuk pola konsumsi pangan yang beragam, bergizi seimbang, dan aman (B2SA). Tujuan utama Gerakan Konsumsi Pangan Beragam Bergizi Seimbang (B2SA) adalah meningkatkan kesadaran dan membudayakan pola konsumsi pangan **Beragam, Bergizi, Seimbang, Dan Aman** untuk hidup sehat, aktif, dan produktif kepada masyarakat [1].

Meningkatnya pertumbuhan ekonomi, salah satunya ditandai dengan semakin banyaknya pasar modern yang dibangun. Hal tersebut memudahkan masyarakat terutama para ibu rumah tangga, yang bekerja untuk memilih makanan yang menjadi preferensinya. Dengan kesibukan yang ada, mereka cenderung memilih makanan yang mudah untuk disajikan (*convenience food consumption*) [4]. Menurut Brunner, Horst, dan Siegrist (2010), *convenience food consumption* adalah produk makanan yang menghemat waktu dan usaha dalam persiapan, konsumsi, dan pembersihannya. Ada 4 pendekatan yang dapat digunakan untuk melihat perilaku masyarakat, terutama para ibu dalam mengkonsumsi makanan yang mudah untuk disajikan, antara lain adalah pendekatan: produksi rumah tangga, orientasi kemudahan, sistem pangan, dan budaya konsumen [5].

Pelaksanaan pengumpulan data dalam pengabdian ini menggunakan jenis Eksplorasi, dengan kombinasi rancangan Observasi dan *Cross sectional Study*. Di mana semua data dikumpulkan dalam satu waktu pengumpulan data, disertai dengan pengamatan lapangan dan pencatatan. Selanjutnya dilakukan penyuluhan, yang disertai dengan bentuk evaluasi *pre* dan *post test* untuk mengukur perubahan sikap anak-anak dan pemuda gereja tentang materi penyuluhan, yaitu pelaksanaan program PHBS.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini telah selesai dilaksanakan sesuai dengan jadwal yang ditetapkan. Pihak gereja mendukung penuh dengan memfasilitasi ruang kelas, serta mengumpulkan sasaran penyuluhan. Sasaran penyuluhan adalah murid sekolah minggu, peserta katekisasi (calon sidi baru) dan magang katekisasi. Penyuluhan memakai sejumlah metode yaitu ceramah, diskusi, simulasi, demonstrasi dan bermain peran (Gambar 1).



Gambar 1. Kegiatan Penyuluhan
(Sumber : Dokumentasi penulis)

Evaluasi yang dilakukan adalah evaluasi proses di mana terjadi diskusi yang menarik tentang kaitan makanan dengan infeksi virus, hubungan makanan dengan vaksin covid dan kerentanan. Hal tersebut menunjukkan pemahaman mereka terhadap materi yang disampaikan.

Tahap Pelaksanaan terdiri dari dua kegiatan utama, yaitu pengukuran antropometri untuk mengetahui status gizi peserta dan ceramah serta diskusi tentang Pangan B2SA. Tahap evaluasi dengan mengajukan pertanyaan di akhir edukasi untuk melihat ada tidaknya perubahan pengetahuan pada peserta. Evaluasi dilakukan pada proses diskusi di mana penilaian dilakukan pada keaktifan peserta. Peserta yang menghadiri kegiatan sebanyak 68 orang terdiri dari 30 orang anak-anak dan 38 remaja. Peserta juga didampingi guru sekolah minggu sekaligus untuk mengawasi pelaksanaan protokol kesehatan.

Saat proses pemeriksaan antropometri (Gambar 2), sebagian besar peserta memiliki status gizi baik. Status gizi anak-anak dinilai memakai indeks BB/U sedangkan remaja menggunakan IMT. Dengan demikian parameter yang diukur adalah berat badan, tinggi badan, umur dan jenis kelamin.

Selanjutnya penyuluhan tentang B2SA diawali dengan wawancara singkat untuk menggali pengetahuan peserta dan penerapan B2SA di rumah masing-masing. Sebagian besar peserta belum pernah mendengar dan tidak memahami namun sebagian sudah menerapkannya di rumah masing-masing. Selanjutnya setelah ceramah, dilakukan evaluasi dan diketahui peserta dapat menangkap materi yang diberikan. Selanjutnya pada acara tanya jawab, peserta remaja banyak yang mengajukan

pertanyaan lain seputar *Covid19*. Sebagian pertanyaan bisa dijawab lengkap namun sebagian lagi direncanakan untuk menjadi tema penyuluhan berikut.



Gambar 2. Pengukuran antropometri
(Sumber : dokumentasi penulis)

Di akhir kegiatan dilakukan evaluasi dengan pendamping sekolah minggu. Semua pihak sepakat untuk dilakukan lagi kegiatan pengabdian masyarakat di lokasi tersebut.

4. KESIMPULAN

Dari kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa penerapan pola konsumsi pangan B2SA belum sepenuhnya dilaksanakan. Selanjutnya melalui penyampaian materi, sasaran memiliki ketertarikan yang tinggi sehingga bisa memahami materi yang disampaikan. Ketertarikan tersebut muncul karena manfaat yang cukup aktual saat ini. Selanjutnya dapat juga disimpulkan bahwa sasaran sangat menerima kegiatan ini dan berharap keberlanjutan dari kegiatan serupa di tempat mereka. Lebih lanjut, peluang penelitian yang dapat dilakukan antara lain yang berkaitan dengan pola perilaku maupun rekayasa metode pengabdian yang sesuai.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam kegiatan ini kami berterimakasih kepada Majelis gereja, Pengelola sekolah minggu dan seluruh peserta sekolah minggu Jemaat Marturia Oesapa Selatan yang telah membantu terselenggaranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Badan Ketahanan Pangan. Gerakan Konsumsi Pangan Beragam Bergizi Seimbang dan Aman (B2SA). <http://bkp.pertanian.go.id/blog/post/gerakan-konsumsi-pangan-beragam-bergizi-seimbang-dan-aman-b2sa>. Dibaca tanggal 26 September 2021
- [2] Ermawati T, Sarana J. Determinan Perilaku Konsumsi Pangan Masyarakat Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) Dan Nusa Tenggara Timur (NTT). *Jurnal Ekonomid dan Pembangunan* Vol 25, No. 2, h. 70-87, 2017
- [3] Badan Ketahanan Pangan. (2014). *Statistik Ketahanan Pangan Tahun 2013*. Jakarta.

- [4] Brunner, Horst, dan Siegrist (2010). Convenience Food Products: Drivers For Consumption. *Appetite*, 2010 Dec; 55(3):498-506.
- [5] Lawrence, G., Lyons, K., dan Wallington, T (Ed) (2010). *Food Security, Nutrition and Sustainability*. UK: Earthscan