

Peningkatan Gizi Anak Saat Diare Melalui Sosialisasi Bubur Tempe di Desa Ngenden Sukoharjo

Aditya Ibnu Nur Fadillah¹ Aldilla Nurhaliza² Anastasya Yuntia Eka W³ Azzahra Amanda C. O⁴ Cahya Sulistyio P⁵ Charel Ardi N⁶ Maryatun⁷

Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Kota Surakarta, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia^{1,2,3,4,5,6,7}

Email: adityaibnu181@gmail.com¹ nuraldilla1@gmail.com² anastasyayuntia@gmail.com³ azahraamanda227@gmail.com⁴ Cahyaputri2004@gmail.com⁵ charelaedi236@gmail.com⁶ tunmaryatun76@gmail.com⁷

Abstrak

Penyakit diare menjadi salah satu penyakit yang sering terjadi pada anak. Berbagai penyebab terjadinya diare pada anak antara lain infeksi virus, bakteri, parasit, keracunan makanan, malabsorpsi, dan faktor lain yang menyebabkan anak diare. Kurangnya pengetahuan orang tua terutama Ibu mengenai penanganan diare pada anak sering membuat anak menjadi dehidrasi. Permasalahan mitra dari hasil observasi diperoleh bahwa sebagian besar masyarakat tidak mengetahui bubur tempe untuk peningkatan gizi saat diare pada anak. Masyarakat tidak menganggap bahwa peningkatan gizi saat diare perlu dilakukan untuk mencegah adanya dehidrasi atau hal lain yang terjadi pada anak. Para ibu tidak mengetahui bubur tempe sebagai asupan gizi saat diare pada anak. Permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat mitra adalah (1) belum memiliki pengetahuan mengenai Bubur Tempe (2) belum mengetahui keterampilan tentang pembuatan Bubur Tempe. Tujuan pengabdian ini adalah (1) meningkatkan pengetahuan ibu mengenai Pentingnya Bubur Tempe sebagai upaya peningkatan gizi anak saat diare (2) meningkatkan keterampilan ibu dalam keterampilan membuat bubur tempe. Solusi yang ditawarkan dalam kegiatan pengabdian ini adalah (1) memberikan edukasi kepada ibu mengenai Bubur Tempe (2) mengajarkan ibu dalam pembuatan Bubur Tempe. Kegiatan pengabdian ini melibatkan mahasiswa sebagai wujud dukungan terlaksananya implementasi tugas Mata Kuliah Praktikum Keperawatan Anak. Keluaran yang diharapkan dari kegiatan ini adalah (1) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu di Desa Ngenden, Talang, Banaran, Grogol, Sukoharjo (2) publikasi pada jurnal nasional pengabdian masyarakat.

Kata Kunci: Bubur Tempe, Diare, Peningkatan Gizi



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

PENDAHULUAN

Penyakit Diare merupakan penyakit yang berbasis lingkungan yang faktor utamanya dari kontaminasi air atau tinja yang berakumulasi dengan perilaku manusia yang tidak sehat. (Rokom, 2017). Penyakit diare sering terjadi pada anak, penyebab utama diare pada anak yaitu infeksi virus, bakteri, parasit, keracunan makanan, malabsorpsi, dan faktor lain yang menyebabkan anak diare. Diare menjadi masalah kesehatan yang sering terjadi pada masyarakat, diare masih merupakan penyebab utama kesakitan dan kematian pada balita diberbagai negara salah satunya di negara berkembang, terutama di Indonesia baik diperkotaan maupun di pedesaan. Kurangnya pengetahuan dan sikap perilaku ibu juga berpengaruh dengan kejadian diare, karena bila pengetahuan dan sikap ibu baik maka ibu akan mengetahui tentang upaya mencegah anak terjangkit penyakit (Fithri & Zelfino, 2018).

Sekitar 80% kematian karena diare terjadi pada anak di bawah dua tahun. Di Indonesia terdapat kecenderungan peningkatan kejadian diare, 1.078 (1996) menjadi 1278 per 1000 anak (2000). Pada tahun 2003 diperkirakan 8 dari 10 kematian terjadi pada anak di bawah 2 tahun dengan angka kesakitan diare 374 per 1.000 penduduk dan episode pada balita 1,08 kali

per tahun. Pasien diare di kota Semarang 29.943 per tahun dan sepertiganya adalah balita (Purnamasari, 2011). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian diare pada anak ada tiga. Faktor yang pertama adalah faktor lingkungan. Diare dapat terjadi karena seseorang tidak memerhatikan kebersihan lingkungan dan menganggap bahwa masalah kebersihan adalah masalah sepele. "Kebersihan lingkungan merupakan kondisi lingkungan yang optimum sehingga dapat memberikan pengaruh positif terhadap status kesehatan yang baik Ruang lingkup kebersihan lingkungan diantaranya adalah perumahan, pembuangan kotoran manusia, penyediaan air bersih, pembuangansampah, dan pembuangan air kotor (limbah). Faktor lingkungan yang dominan dalam penyebaran penyakit diare pada anak yaitu pembuangan tinja dan sumber air minum. "Pengelolaan tinja diperhatikan yang kurang diperhatikan disertai dengan cepatnya penambahan penduduk.

Berdasarkan hasil penelitian Setiawati(2015) mayoritas frekuensi BAB pada anak sebelum diberikan diet bubur tempe antara 5-10x/hari yaitu sebesar 46,67%, setelah diberikan diet bubur tempe mayoritas frekuensi diare pada anak menjadi 1-4 x/hari yaitu sebesar 93,33%. Pemberian bubur tempe terhadap anak yang mengalami diare telah dilakukan oleh beberapa penelitian. Tempe merupakan sebuah olahan fermentasi dari kedelai yang kaya akan serat pangan, kalsium, vitamin B, dan zat besi. Berbagai macam kandungan dalam tempe mempunyai nilai manfaat sebagai obat, seperti anti biotik, menyembuhkan infeksi dan anti oksidan pencegah penyakit degeneratif. Maka dari itu salah satu manfaat dari tempe untuk bayi dapat menambah nutrisi untuk kebutuhan harian saat diare diwujudkan dalam bentuk bubur tempe dengan bahan utama tempe. Dengan pemberian bubur tempe pada anak yang mengalami diare dapat mencegah anak mengalami dehidrasi dan menjadi sumber peningkatan asupan gizi anak saat diare.

Sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan pada masyarakat, khususnya pada ibu-ibu yang memiliki balita, maka dapat dilakukan dengan metode pemberian pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses yang menjembatani kesenjangan antara informasi dan perilaku kesehatan, kemudian melakukan tindakan yang sesuai dengan informasi yang didapatkan tersebut agar sasaran pendidikan kesehatan menjadi lebih memahami dan lebih sehat. Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah agar sasaran mampu menerapkan ilmu pengetahuan sesuai dengan kebutuhan mereka sendiri untuk mengatasi permasalahan yang mereka hadapi, dengan sumber daya yang dimiliki, serta adanya dukungan dari luar, dan mampu memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup sehat dan kesejahteraan masyarakat (Dewi, 2019). Solusi Permasalahan: Solusi yang ditawarkan dalam kegiatan pengabdian ini adalah (1) sosialisasi mengenai manfaat Bubur Tempe (2) pelatihan pembuatan Bubur Tempe.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan-kegiatan di atas direncanakan dilakukan dengan pendekatan *Focuss Group Discussion* (FGD), pelatihan, pendampingan dan diakhiri dengan evaluasi dan monitoring. Penerapan model di atas dalam kegiatan ini diterapkan model *Community/Group Empowerment*. Yaitu model pemberdayaan masyarakat pada dasarnya merupakan upaya untuk membangkitkan/menumbuhkan peran serta individu di tengah masyarakat/kelompok untuk berperan sebagai koordinator bagi anggota kelompok yang membutuhkan. Kelebihan dari model ini, jika dikelola dengan baik dan diperoleh individu yang memang memiliki komitmen tinggi maka keberlangsungan program lebih terjamin. Dengan memperhatikan daya jangkau, tingkat keberlangsungan dan investasi yang dibutuhkan, model pemberdayaan masyarakat/kelompok adalah pilihan yang sangat strategis untuk dikembangkan secara optimal di wilayah Desa Nganden, Talang, Banaran, Grogol, Sukaharjo.

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat memanfaatkan tempe sebagai bahan utama pembuatan bubur untuk bayi:

1. Kunjungan lapangan, survei ke lokasi mitra dilaksanakan sebelum pelaksanaan untuk mengetahui permasalahan mitra dan mengkomunikasikan tawaran solusi pada mitra.
2. Ceramah, metode ini digunakan saat memberikan motivasi dan penyuluhan.
3. Praktek, peserta mengikuti pelatihan dan praktik pembuatan bubur bayi dari tempe dan tim pengabdian melakukan pendampingan.
4. Diskusi, metode ini digunakan saat motivasi saat penyampaian motivasi dan evaluasi kegiatan bersama mitra. Tahapan pengabdian masyarakat ini meliputi persiapan pelaksanaan dan evaluasi.

Tabel 1. Masalah dan Solusi yang Akan Dilakukan

No.	Masalah	Solusi	Indikator Keberhasilan
Masalah Produksi			
1	Kurangnya pengetahuan dan keterampilan Masyarakat terutama ibu terhadap pentingnya bubur tempe pada anak saat diare.	Pelatihan pembuatan bubur tempe bertujuan untuk meningkatkan pemahaman Ibu dalam menambah asupan gizi pada anak saat diare.	Mahasiswa yang mempunyai pengetahuan dan keterampilan yang benar tentang Bubur Tempe
2	Tidak terdapatnya komunitas peduli terhadap gizi anak	Membuat komunitas dengan media social berupa WhatsApp.	Mahasiswa yang menjadi penggerak dalam sosialisasi
3	Tidak terdapat fasilitas edukasi yang memadai untuk memudahkan ibu mengakses informasi tentang asupan gizi untuk anak saat diare	Pemberian fasilitas edukasi media berupa leaflet dan formulir Bubur Tempe.	Tersalurkan hibah fasilitas Sosialisasi bubur tempe sebagai Upaya mencegah dehidrasi anak saat diare dan meningkatkan asupan gizi anak saat diare

Dalam pelaksanaan PKM ini tim terdiri dari dosen dan melibatkan 6 mahasiswa, masing-masing memiliki tugas sendiri-sendiri seperti yang disajikan pada Tabel 2 berikut:

Tabel 2. Peran & Tugas Anggota Tim

No.	Nama Anggota	Kedudukan/ Fakultas	Tugas	Keterangan
1	Maryatun., S.Kep, Ners. M.Kes	Dosen Pembimbing Keperawatan/ FIK Universitas 'Aisyiyah Ska		
2	Aditya Ibnu 202212010 Ketua Tim	Mahasiswa/DIII Keperawatan	Koordinator kegiatan: Bertanggung jawab pada pemahaman pengetahuan, keterampilan ibu dan bertanggung jawab pada penyediaan alat yang akan dipakai dalam kegiatan PKM	
3	Aldilla Nurhaliza 202212018 Anggota 1	Mahasiswa/DIII Keperawatan	Bertanggung jawab dalam penyusunan laporan akhir, membantu mendampingi Ibu dalam sosialisasi bubur tempe.	
4	Anastasya Yuntia 202212022 Anggota 2	Mahasiswa/DIII Keperawatan	Membantu dalam pelaksanaan Sosialisasi Pembuatan Bubur Tempe, Menyusun Laporan Akhir	
5	Azzahra Amanda 202212033 Anggota 3	Mahasiswa/DIII Keperawatan	Bertanggung jawab pengevaluasian pengetahuan, pemahaman dan keterampilan	

			ibu dalam Sosialisasi Pembuatan Bubur Tempe	
6	Cahaya Sulistyopo Putri 202212035 Anggota 4	Mahasiswa/DIII Keperawatan	Membantu mendampingi ibu dalam Sosialisasi Pembuatan Bubur Tempe, Penyusunan Laporan Akhir	
7	Charel Ardi Nugroho 202212038 Anggota 5	Mahasiswa/DIII Keperawatan	Bertanggung jawab pada penyediaan alat yang akan dipakai dalam kegiatan PKM, Mendampingi ibu dalam sosialisasi bubur tempe.	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan pada hari Minggu tanggal 15 Oktober 2023 di rumah warga di Desa Ngenden Kecamatan Grogol Sukoharjo. Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 15 orang. Tema penyuluhan yang disampaikan adalah tentang Pembuatan Bubur Tempe. Dalam pelaksanaan kegiatan, tim pengabdian mengundang Ibu RT dan masyarakat sebagai partisipan. Materi yang diberikan oleh narasumber meliputi motivasi akan manfaat dan nutrisi dari tempe. Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Meningkatkan pengetahuan tentang pemanfaatan bubur tempe. Kelompok ibu-ibu mitra desa Ngenden di beri motivasi dan penyuluhan tentang pemanfaatan tempe menjadi bubur bayi. Diantaranya memotivasi peserta agar menyadari pentingnya tempe dan mengolahnya menjadi sesuatu yang bermanfaat seperti bubur tempe. Kami tim pengabdian memanfaatkan tempe dalam pembuatan bubur tempe sesuai dengan bidang keilmuan tim dalam bidang pendidikan. Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan untuk memenuhi tugas praktikum keperawatan anak. Tahap awal kegiatan ini dilakukan sosialisasi dan motivasi kepada mitra akan pentingnya bubur tempe.
2. Pembuatan bubur tempe. Pelaksanaan kegiatan selanjutnya yaitu pembuatan bubur tempe oleh tim pengabdian. Dalam kegiatan ini peserta berkumpul di Rumah Ketua RT di Desa Ngenden, Sukoharjo. Peserta mengikuti penyampaian materi dari tim tentang pentingnya memenuhi asupan gizi pada anak melalui bubur tempe.

Selanjutnya peserta dibagi menjadi tiga kelompok kecil yang didampingi tim pengabdian sebagai tutor. Masing masing kelompok diajari secara langsung mengenai pembuatan bubur tempe. Hasil observasi dari kegiatan penyuluhan kesehatan ini, bahwa mayoritas peserta aktif dalam mengajukan pertanyaan maupun menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat serta dapat mendemonstrasikan kembali cara pembuatan bubur tempe. Materi penyuluhan berupa presentasi dan demonstrasi tentang Pembuatan Bubur Bayi dan memberikan kesempatan pada peserta untuk mendemonstrasikan ulang. Sebagai penutup kegiatan dilakukan foto bersama antara tim penyuluh dan peserta.

Pembahasan

Tempe merupakan salah satu makanan tradisional sebagai hasil dari fermentasi kedelai yang terikat padat oleh *mycelium* dari *Rhizopus oligoporus*, dengan cita rasa yang khas dan mempunyai nilai gizi yang tinggi, harga murah dan sebagai sumber protein. Selama fermentasi kapang tempe mampu memproduksi senyawa antibiotika yang bermanfaat untuk menghambat atau memperkecil infeksi. Selain itu kapang *Rhizopus sp* yang digunakan dalam pembuatan tempe dapat memproduksi enzim *lipase*, *protease* dan *amilase* yang masing-masing berguna

untuk organ pencernaan yaitu berupa lemak, protein dan karbohidrat. (Rahmatul, 2018). Bubur adalah makanan campuran dari beberapa jenis bahan makanan yang ditambah atau tidak ditambahkan zat-zat tertentu yang pembuatannya dirancang sedemikian rupa untuk memenuhi kebutuhan gizi khusus. Bubur tempe dapat digunakan untuk pengobatan rehidration oral, konsep dasar pengelolaan penyakit diare berupa rehidrasi awal diikuti oleh pengobatan nutrisi awal, yaitu dengan penggunaan larutan rehidrasi oral sebagai terapi nutrisi awal (*early nutrition treatment*), dimana tempe sebagai bahan alternatif pengganti asam amino untuk larutan *rehydration oral* super sekaligus berpengaruh sebagai perbaikan cita rasa oralit. Bubur tempe juga digunakan untuk pengobatan nutrisi pada diare, tujuan terapi nutrisi adalah memotong siklus diare –malabsorpsi –malnutrisi – infeksi, dengan memberikan cukup energi, protein, elektrolit, mineral dan vitamin, air dan menghindari sindrom malabsorpsi.

Pemberian bubur tempe terhadap pasien diare ini karena yang berbahan dasar tempe dapat mempersingkat durasi diare akut serta mempercepat pertambahan berat badan setelah menderita satu episode diare akut (Setiawati, 2015). Tempe lebih mudah dicerna karena kandungan asam lemak bebas, peptida, dan asam amino yang tinggi. Proses peragian tempe menghasilkan vitamin B. Kecuali itu selama proses produksinya terjadi pengurangan jumlah rafinose dan stakiose, sehingga keluhan kembung yang disebabkan kedua zat tersebut telah berkurang. Bubur tempe yang dikonsumsi selama perawatan yang diukur dengan ukuran porsi (3 porsi setiap hari) dan dinyatakan dalam bentuk gram (gr) (Rahmatul, 2018). Bubur tempe dapat diberikan pada anak usia 6 bulan sampai 5 tahun dengan diare akut dan menggunakan tempe yang dijual di pasaran (Setiawati, 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi yang telah dilaksanakan mengenai kegiatan pengabdian masyarakat di desa nganden ini, dapat disimpulkan bahwa 90% masyarakat peserta kegiatan mengalami peningkatan pemahaman terhadap manfaat bubur tempe pada balita dengan mengenalkan kembali cara pembuatan bubur tempe.

Sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat dengan tema "Peningkatan Gizi Anak Saat Diare Melalui Sosialisasi Bubur Tempe di Desa Nganden Sukoharjo" yang telah dilakukan, kami menyarankan hendaknya program penyuluhan dan pendampingan seperti ini dilakukan secara berkala Sehingga menambah pengetahuan dan kreatifitas warga mengenai pentingnya pemenuhan gizi untuk balita dengan bahan ekonomis.

DAFTAR PUSTAKA

- DK Sari, 2019. *Bubur Tempe Membantu Penanganan Diare Pada Balita*. Surakarta: Jurnal AISKA
- Dr. William, 2020. *Tempe Bisa Mengobati Diare Pada Anak*. Jakarta;Guesehat
- Haritono, J. dan Sudigbia, B. 2008. *Kandungan Gizi Tanaman Kedelai*. Jakarta: Erlangga.
- Hartiningrum, S.Y. 2010. *Pengaruh Pemberian Formula Preda dan Tempe Terhadap Lama Penyakit Diare Akut Pada Anak Usia 6 – 24 Bulan Studi Di RSUD RA*.
- Hidayat, M. A. (2020). *Tempe: Makanan Khas Indonesia yang Mengandung Banyak Manfaat. Detak Unsyiah*.
- HM Simanungkalit, M Muliana, 2021. *Pemberian Bubur Tempe terhadap Lamanya Diare Akut pada Balita di Puskesmas Puruk Cahu*. Manarang;Poltekkes Mamuju
- Kartini Kabupaten Jepara Tahun 2010. *Skripsi*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Lestariningsih, S. (2014). *Pengaruh Pemberian Bubur Tempe Terhadap Kesembuhan Diare pada Balita di wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Semarang*. Universitas Muhammadiyah Semarang.

- Mien, M.K. 2012. *Komposisi Zat Gizi Pangan Indonesia*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Direktorat Bina Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga. Bogor: Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Ngastiyah. (2014). *Perawatan Anak Sakit*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC
- Setiawati, H. (2015). *Pengaruh Pemberian Diet Bubur Tempe Terhadap Frekuensi Bab pada Anak Diare di Ruang Mina Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.