



JURNAL PENGABDIAN ILMU KESEHATAN

Halaman Jurnal: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/JPIKES>

Halaman UTAMA: <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php>



Pengabdian Kepada Masyarakat Melalui Edukasi Kesehatan Melalui Penyuluhan Vitamin Di Posyandu Flamboyan Kota Batam

Community Service Through Health Education Through Vitamin Counseling At Posyandu Flamboyan, Batam City

Hesti Marliza^{1*}, Arie Vonikartika², Henny Rachdianti Tjahjono Suyarto³,
Nurlia Oktaviany⁴

¹⁻⁴ Institut Kesehatan Mitra Bunda, Batam

Korespondensi penulis : hesti79id@gmail.com

Abstract

Vitamin A was the first fat-soluble vitamin to be discovered. This finding states that all retinoids and precursors/provitamin A/carotenoids have biological activity as retinol. Vitamin A plays an important role in children's growth and development. Vitamin A deficiency (KVA) increases the risk of developing infectious diseases such as diarrhea, pneumonia, pneumonia and even death. Another most serious consequence of vitamin A deficiency (KVA) is night blindness, which is another form of xerophthalmia such as damage to the cornea and blindness. Vitamin A can increase the body's resistance to infectious diseases such as measles, diarrhea and ARI and has a very important role in eye health.

Keywords: Health Education, Vitamin, Counseling

Abstrak

Vitamin A adalah vitamin larut lemak pertama di ditemukan. Penemuan ini menyatakan semua retinoid dan prekursor/ provitamin A/ karotenoid yang mempunyai aktivitas biologik sebagai retinol. Vitamin A berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak. Kekurangan vitamin A (KVA) meningkatkan resiko terserang penyakit infeksi seperti diare, radang paru-paru, pneumonia dan bahkan kematian. Akibat lain yang paling serius dari kekurangan vitamin A (KVA) adalah rabun senja yaitu bentuk lain dari xerophthalmia seperti kerusakan kornea mata dan kebutaan. Vitamin A dapat meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi seperti campak, diare dan ISPA serta memiliki peranan yang sangat penting bagi kesehatan mata.

Kata Kunci: Edukasi Kesehatan, Vitamin , Penyuluhan.

PENDAHULUAN

Vitamin A adalah vitamin larut lemak pertama di ditemukan. Penemuan ini menyatakan semua retinoid dan prekursor/ provitamin A/ karotenoid yang mempunyai aktivitas biologik sebagai retinol. Vitamin A berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak.

Kekurangan vitamin A (KVA) meningkatkan resiko terserang penyakit infeksi seperti diare, radang paru-paru, pneumonia dan bahkan kematian. Akibat lain yang paling serius dari kekurangan vitamin A (KVA) adalah rabun senja yaitu bentuk lain dari kekurangan vitamin A (KVA) adalah rabun senja yaitu bentuk lain dari xerophthalmia seperti kerusakan kornea

mata dan kebutaan (Almatsier, 2009).

Vitamin A dapat meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit infeksi seperti campak, diare dan ISPA serta memiliki peranan yang sangat penting bagi kesehatan mata (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Vitamin A termasuk zat gizi yang penting (essensial) bagi manusia, zat gizi ini tidak dapat dibuat oleh tubuh sehingga harus dipenuhi dari luar. Makanan sumber vitamin A ada yang berasal dari produk hewani seperti daging, telur, susu dan hati juga ada dari produk nabati yang mengandung beta-karoten (pro-vitamin A) yaitu buah-buahan dan sayur-sayuran berwarna seperti wortel, bayam, kol, brokoli, semangka, melon, pepaya, mangga, tomat dan kacang polong. Disamping dari produk alami, vitamin A juga dapat berasal dari produk hasil rekayasa yang diperkaya (fortifikasi) seperti dalam minyak goreng, margarin, susu dan beberapa jenis mie instan. Selain yang disebutkan di atas ada sumber vitamin A yang sangat potensial dan dapat mencukupi seluruh kebutuhan bayi dan balita yaitu suplementasi vitamin A melalui pemberian kapsul vitamin A (Depkes Aceh, 2019).

Suplementasi vitamin A merupakan Program Nasional untuk mencegah kekurangan vitamin A diantara anak-anak Indonesia. Program ini memberikan kapsul vitamin A secara gratis kepada setiap bayi dan balita yang mengunjungi Posyandu dan Puskesmas. Pada bayi usia 6-11 bulan diberikan satu kali pada bulan Februari atau Agustus kapsul vitamin A berwarna biru dengan dosis 100.000 SI, sedangkan balita usia 12 – 59 bulan diberikan dua kali dalam setahun kapsul berwarna merah dengan dosis 200.000 SI (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

METODE

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan metode penyuluhan tentang perilaku hidup sehat dimana kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan bagian dari memenuhi tugas akhir mahasiswa. Metode yang dilakukan melalui beberapa tahapan sebagai berikut :

1. Tahap identifikasi, pada tahap ini dilakukan survei langsung pada sekitaran kota Batam berupa data tempat tinggal tidak layak, lingkungan yang kotor dan banyaknya angka penularan penyakit.
2. Tahap penyusunan materi atau isi penyuluhan, pada tahap ini dilakukan pembuatan kuesioner yang berkaitan dengan penyuluhan.
3. Tahap pre post, pada tahap ini dilakukan untuk mengetahui seberapa baik pengetahuan masyarakat tentang perilaku hidup sehat sebelum dilakukan penyuluhan.

4. Tahap penyuluhan, pada tahap ini dilakukan penyampaian materi tentang bagaimana perilaku hidup sehat yang dapat diterapkan oleh masyarakat. Setiap responden akan diberikan leaflet berisikan tata cara perilaku hidup sehat.
5. Tahap evaluasi, pada tahap ini dilakukan pemantauan pemahaman masyarakat tentang perilaku hidup sehat.

Mengamati hasil pertanyaan, saran, dan masukan yang telah diisi oleh responden. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, 8 Maret 2022. Sasaran dari kegiatan ini semua lapisan masyarakat, diharapkan dari penyuluhan dan penyebaran leaflet tentang edukasi perilaku hidup sehat dapat membantu masyarakat untuk lebih memahami perilaku hidup sehat dan terhindar dari berbagai macam penyakit.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Senin, 8 Maret 2022 pada pukul 08.00 – selesai di Posyandu Flamboyan Kota Batam. Kegiatan dimulai dengan pemberian vitamin terlebih dahulu. Masyarakat lansia mengantri dalam pemberian vitamin.

Tahap persiapan dari kegiatan ini adalah pembuatan pre planning, persiapan lokasi, dan video. Alat yang disiapkan oleh Tim kami yaitu:

1. Alat dan bahan pemberian vitamin kepada masyarakat
2. Kamera (dokumentasi)

Kegiatan dimulai pada pukul 08.00 WIB pada tanggal 8 Maret 2021 pemberian vitamin gratis dilakukan setelah senam bersama lansia di Posyandu Flamboyan Kota Batam. Adapun uraian kegiatan sebagai berikut:

1. Satu minggu sebelumnya, koordinator bersama anggota program melakukan diskusi mengenai penyusunan acara kegiatan.
2. Mengkonfirmasi kegiatan acara dengan kepala Apoteker Posyandu Flamboyan Kota Batam.
3. Menyiapkan properti yang akan digunakan selama kegiatan acara berlangsung

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari Pengabdian masyarakat ini, dapat disimpulkan bahwa :

1. Dengan adanya pemberian vitamin secara gratis ini dapat membantu masyarakat.
2. Serta dengan adanya kegiatan pemberian vitamin kepada masyarakat membuat mahasiswa mendapatkan ilmu pembelajaran lebih banyak lagi dengan sosialisasi secara langsung kepada masyarakat lansia yang ada di Posyandu Flamboyan Kota Batam.

APRESIASI

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Institut Kesehatan Mitra Bunda yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini, dan kepada masyarakat Kota Batam yang telah berpartisipasi mengikuti penyuluhan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Adelin, P., Malik, R., & Saputra, A. 2021. *Gambaran Kadar Glukosa Darah Sewaktu Pasien Lanjut Usia Di Puskesmas Air Manjuto Kabupaten Mukomuko Tahun 2019*. Ibnu Sina: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. 20(1) : 9-13.
- Adyas, A., Putri, D. U. P., Setiaji, B., & Sutriyani, S. 2020. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penderita Diabetes Mellitus Peserta Posyandu Lansia*. Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI).2(2).
- Andini, N. K., Nilakusmawati, D. P. E., & Susilawati, M. 2013. *Faktor-faktor yang memengaruhi penduduk lanjut usia masih bekerja*. Piramida Jurnal Kependudukan dan Pengembangan Sumber Daya Manusia, 9(1) : 44-49.
- Arisman, D. 2011. *Obesitas, Diabetes Mellitus dan Dislipidemia*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Artanti, P., Masdar, H., & Rosdiana, D. 2015. *Angka kejadian diabetes melitus tidak terdiagnosis pada masyarakat kota Pekanbaru*. Doctoral dissertation. Riau University.
- Azizah, L.M. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu. Damayanti, S. 2015. *Diabetes Mellitus & Penatalaksanaan Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha
- Medika.Decroli, E. 2015. *Diabetes Melitus Tipe*. Pusat Penerbitan Bagian Ilmu Penyakit Dalam. Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.