

PENYULUHAN STRATEGI PENERAPAN GIZI SEIMBANG UNTUK ANAK DAN PERLINDUNGAN HUKUM TERHADAP ANAK DAN KDRT DI PCA CEMPAKA PUTIH

Alfianta Cesario Rizky M.¹, Muhammad Haekal Kurnia², Naufal Ramzy³, Siti Miftah Qodira⁴, Andika Setiawan^{5*}

¹Program Studi Ilmu Politik, Fakultas Ilmu Sosial dan Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

²Program Studi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah, Kec. Cempaka Putih, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10510

³Program Studi Hukum, Fakultas Hukum, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

⁴Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah, Kec. Cempaka Putih, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10510

⁵Program Studi Teknik Sipil, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah, Kec. Cempaka Putih, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10510

* andika.setiawan@umj.ac.id

ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah salah satu bentuk pembelajaran di perguruan tinggi yang mengintegrasikan pengetahuan akademis dengan penerapan praktis dalam masyarakat. Dalam konteks ini, kajian KKN berkaitan dengan paparan gizi dan hukum memiliki relevansi yang penting dalam aspek kehidupan masyarakat. Aspek gizi memiliki peranan krusial dalam menstabilkan kesehatan masyarakat, sementara hukum memiliki peran dalam menjaga kesejahteraan masyarakat. Isu yang diangkat adalah pedoman gizi seimbang pada aspek gizi dan kekerasan dalam rumah tangga. Dalam pelaksanaan KKN, Adapun mitra KKN PCA Cempaka Putih adalah PAUD dan TK Aisyiyah Cabang 22 yang berlokasi di sekitar Kecamatan Cempaka Putih. Lokasi keduanya berada pada lokasi yang cukup strategis dengan keadaan ekonomi sosial rerata pada taraf menengah ke atas, sehingga mitra PAUD dan TK Aisyiah 22 memiliki murid didik yang terbilang cukup banyak. Pelaksanaan KKN dilakukan selama satu bulan pada bulan Agustus 2023 hingga didapatkan hasil akhir berupa laporan akhir kegiatan KKN.

Kata kunci: Penyuluhan, Gizi, Anak-anak, Hukum

ABSTRACT

Community Service Program (CSP) is a form of learning in higher education that integrates academic knowledge with practical application in the community. In this context, CSP studies related to nutrition and law exposure have important relevance in aspects of community life. Nutrition plays a crucial role in stabilizing public health, while law plays a role in maintaining the welfare of the community. The issues raised are balanced nutrition guidelines on nutrition and domestic violence. In the implementation of CSP, the partners of PCA Cempaka Putih are PAUD and TK Aisyiyah Branch 22 which are located around Cempaka Putih District. The location of both is in a strategic location with an average social economic condition at the middle to upper level, so that the partners of PAUD and TK Aisyiah 22 have quite a lot of students. The implementation of KKN was carried out for one month in August 2023 until the final results were obtained in the form of a final report on KKN activities

Keywords: *counseling, Nutrition, Children, Law*

1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa secara interdisipliner, institusional, dan kemitraan sebagai salah satu wujud dari Catur Dharma perguruan tinggi Muhammadiyah. Masyarakat sasaran KKN UMJ dapat berupa masyarakat pedesaan, masyarakat perkotaan, sekolah, masyarakat industri, atau kelompok masyarakat lain yang dipandang layak menjadi sasaran KKN-UMJ.

Tim KKN PCA Cempaka Putih dalam menanggapi program KKN tersebut berinisiatif untuk menyelenggarakan sebuah penyuluhan kesehatan dan hukum terkait Strategi Penerapan Gizi Seimbang untuk Anak dan Perlindungan Hukum Terhadap Anak dan KDRT di PCA Cempaka Putih, Jakarta Pusat. Lokasi ini dipilih karena berdasarkan analisis situasi banyak orang tua yang belum paham bagaimana pedoman gizi seimbang dan perlindungan anak dan KDRT.

Dalam masa kanak – kanak tidak jarang salah dalam mengkonsumsi makanan yang tidak bergizi dan kurangnya pemantauan dari orang tua, maka perlu adanya perubahan sikap dari diri masing-masing untuk menjaga pola konsumsi anak. Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan mengamanatkan upaya perbaikan gizi untuk meningkatkan mutu gizi perorangan dan masyarakat. Upaya ini dilakukan antara lain melalui perbaikan pola konsumsi makanan; perbaikan perilaku sadar gizi, aktivitas fisik, dan kesehatan; serta peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi. Disamping itu berdasarkan Undang-Undang No. 18 Tahun 2012 tentang Pangan dinyatakan bahwa penyelenggaraan pangan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat tentang pangan yang aman, bermutu, dan bergizi bagi konsumsi masyarakat.

Anak sekolah masih mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan sehingga membutuhkan konsumsi pangan yang cukup dan bergizi seimbang. Salah satu komponen gizi seimbang bagi anak sekolah

yang harus dipenuhi adalah konsumsi pangan yang beraneka ragam, yaitu mengandung karbohidrat, protein, lemak, air, vitamin, mineral, dan serat.

Gizi seimbang adalah susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh yaitu jenis kelamin, umur dan status kesehatan. Gizi seimbang bagi anak sekolah dipenuhi setiap hari dengan makanan yang beraneka ragam. Perubahan komposisi tubuh dan peningkatan aktivitas fisik anak sekolah memerlukan asupan gizi seimbang. Secara umum menu makanan yang seimbang dengan komposisi energi dari karbohidrat 50% - 65%, protein 10% - 20%, dan lemak 20% - 30%.

Selain gizi seimbang, pada anak-anak, pola asuh yang baik akan memberikan pengaruh yang baik pula terhadap status gizinya. Pola asuh yang baik akan memperhatikan kecukupan asupan zat gizi dan pencegahan terjadinya penyakit. Selanjutnya pola asuh, asupan gizi dan kejadian penyakit infeksi sangat dipengaruhi oleh akar masalah, yang meliputi faktor sosial, ekonomi dan budaya.

Di lain pihak, kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi pangan yang diiringi dengan kemajuan yang pesat dalam bidang teknologi informasi dan komunikasi, telah menggiring masyarakat untuk mengonsumsi berbagai makanan siap saji yang berlebihan dan akan berpengaruh negatif terhadap kesehatan. Konsumsi makanan dengan pola gizi seimbang harus memperhatikan empat prinsip dasar, yaitu keanekaragaman pangan, aktivitas fisik yang teratur dan terukur, kebersihan diri dan lingkungan yang terjaga, serta pantau atau pertahankan berat badan ideal (Badan POM RI 2013).

Perlindungan Anak adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi Anak dan hak-haknya agar dapat hidup, tumbuh, berkembang, dan berpartisipasi secara optimal sesuai dengan harkat dan martabat kemanusiaan, serta mendapat perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi. Arti anak sendiri memiliki banyak makna, Menurut pasal 1 ayat (1)

Undang-undang Nomor 35 tahun 2014 Tentang perubahan atas Undang-undang nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak definisi anak adalah seseorang yang belum berusia 18 (delapan belas) tahun, termasuk anak yang masih dalam kandungan.

Menurut undang-undang nomor 35 tahun 2014 tentang perubahan atas undang-undang nomor 23 tahun 2002 tentang perlindungan anak, anak memiliki definisi sebagai seseorang yang belum berusia 18 tahun termasuk anak yang masih dalam kandungan. Dalam undang-undang ini juga telah mengatur hak dan kewajiban yang dimiliki oleh anak, orang tua, dan pemerintah, anak memiliki 5 hak dasar, yaitu Hak atas perorangan/ pribadi, Hak atas kesehatan, Hak atas pendidikan, Hak dalam sosial kemasyarakatan, Hak atas hokum. Undang-undang ini juga telah mengatur batasan perilaku seorang anak dan sanksi terhadap pelaku kejahatan terhadap anak.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk menyelenggarakan penyuluhan kesehatan dan hukum di PCA Cempaka Putih khususnya di PAUD dan TK Aisyiyah 22 Cempaka Putih Jakarta Pusat dengan tujuan untuk mulai menerapkan pedoman gizi seimbang serta perlindungan hukum terhadap dan KDRT.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini melalui beberapa tahapan dimulai dengan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

A. Persiapan

Dimulai dari metode persiapan yaitu proses persetujuan dengan mitra dan mendiskusikan terkait permasalahan yang ada pada mitra sehingga dapat dilakukan perencanaan program kerja yang tepat.

1) Observasi

Menurut Morris (1973: 906) observasi adalah aktivitas mencatat suatu gejala dengan bantuan instrumen-instrumen dan merekamnya dengan tujuan ilmiah atau tujuan lain. Lebih lanjut dikatakan bahwa observasi merupakan kumpulan kesan tentang dunia sekitar berdasarkan semua kemampuan daya tangkap pancaindera

manusia. Pada tahap observasi ini kami turun lapangan untuk melihat kondisi lokasi mitra.

2) Wawancara

Menurut Nazir (1988), wawancara adalah proses memperoleh informasi bertujuan untuk penelitian dengan tanya jawab sambil bertatap muka antara pewawancara dengan responden. Pada tahap wawancara ini, kami mendapatkan informasi secara langsung terkait permasalahan yang ada pada mitra.

B. Pelaksanaan

Setelah dilakukan observasi dan wawancara didapatkan hasil terkait permasalahan yang ada pada mitra. Berikut metode pelaksanaan yang kami lakukan:

1) Penyuluhan melalui media Power Point

Dipilihnya metode ini karena sasaran dalam kegiatan ini adalah anak-anak jenjang pendidikan Taman Kanak-Kanak (TK), Pendidikan Anaka Usia Dini(PAUD), guru, dan terkhususnya kepada Wali Murid sehingga diharapkan akan memudahkan mereka untuk memahami materi disajikan pada PPT .

2) Tanya Jawab

Setelah diberikan materi, selanjutnya di buka sesi diskusi dan tanya jawab mengenai 10 pedoman gizi seimbang (Biasakan mengkonsumsi aneka ragam makanan pokok, Batasi konsumsi makanan manis, asin, dan berlemak, Lakukan aktivitas fisik yang cukup dan pertahankan berat badan ideal, Biasakan mengonsumsi lauk pauk yang mengandung protein tinggi, Cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir, Biasakan sarapan pagi, Biasakan minum air putih yang cukup dan aman, Banyak makan buah dan sayur, Biasakan membaca label pada kemasan pangan, dan Syukuri dan nikmati aneka ragam makanan. Serta apa saja Hak dan kewajiban anak terhadap hukum dan perlindungan terhadap KDRT.

3) Ice Breaking

Sebagai penutup kegiatan, dilakukan ice breaking berupa *games dan Tanya jawab berhadiah*.

C. Evaluasi

Evaluasi Kuliah Kerja Nyata (KKN) dilakukan dengan metode kualitatif yaitu

dengan melihat aspek pada input, proses dan output selama kegiatan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang kami lakukan adalah Penyuluhan Strategi Penerapan Gizi Seimbang untuk Anak dan Perlindungan Hukum Terhadap Anak dan KDRT di PCA Cempaka Putih, Jakarta Pusat. yang telah dilaksanakan pada tanggal 11 Agustus 2023.

a. Pembukaan

Sebelum melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di PCA Cempaka Putih kami memulainya dengan mengadakan pembukaan dengan perkenalan dan pendekatan pada anak-anak setempat serta pemberitahuan mengenai program atau kegiatan yang akan kami laksanakan.

Dalam pelaksanaannya kegiatan dilakukan selama 1 bulan, dimulai dengan pembukaan pada tanggal 2 Agustus 2023, pelaksanaan penyuluhan pada tanggal 11 Agustus 2023 dan pemberian sertifikat pada tanggal 22 Agustus 2023.



Gambar 1. Pembukaan KKN di PCA Cempaka Putih, Jakarta Pusat

b. Penyuluhan

Kegiatan penyuluhan Strategi Penerapan Gizi Seimbang untuk Anak dan Perlindungan Hukum Terhadap Anak dan KDRT di PCA Cempaka Putih, Jakarta Pusat. dilaksanakan secara offline pada tanggal 11 Agustus 2023 dimulai pada pukul 09.00 dihadiri oleh 30 partisipan baik anak, guru, dan wali murid. Anak-anak, guru dan wali murid menyimak materi yang disampaikan dengan baik.

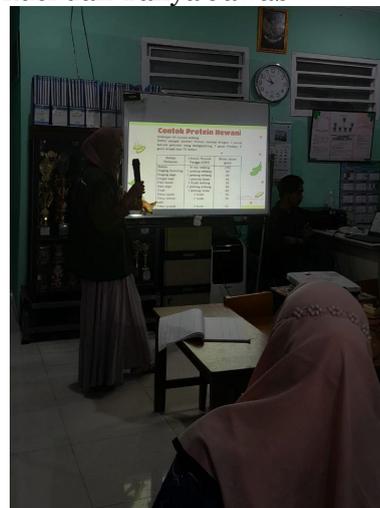


Gambar 2. Penyuluhan Pedoman Gizi Seimbang di PAUD dan TK Aisyiyah Cempaka Putih



Gambar 3. Penyuluhan Perlindungan Hukum Anak dan KDRT di PAUD dan TK Aisyiyah Cempaka Putih

c. Diskusi dan Tanya Jawab



Gambar 4. Diskusi dan Tanya Jawab

d. Ice Breaking

Setelah Penyuluhan, sesi tanya jawab dan diskusi dilaksanakan, kegiatan selanjutnya yaitu berupa ice breaking atau games dan Tanya jawab berhadiah untuk mencairkan suasana agar partisipan tidak bosan. Akhir kegiatan penyuluhan pada tanggal 11 Agustus 2023 ditutup dengan foto bersama yang selesai sekitar pukul 12.00.



Gambar 4. Foto bersama

Hasil evaluasi pelaksanaan

Evaluasi pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata merupakan ukuran standar untuk mengetahui sejauh mana program KKN terlaksana. Selama pelaksanaan kegiatan pasti ada kemungkinan ketidaksesuaian dan ketidaksempurnaan dalam menjalankan kegiatan, oleh karena itu dilakukan beberapa evaluasi. Berikut evaluasi kegiatan penyuluhan

Tabel 1. Evaluasi Kegiatan Penyuluhan Strategi Penerapan Gizi Seimbang untuk Anak dan Perlindungan Hukum Terhadap Anak dan KDRT di PCA Cempaka Putih, Jakarta Pusat.

Input	Man- Setiap anggota menjalankan tugasnya masing-masing dalam menyelenggarakan kegiatan ini
--------------	--

	<p><i>Money-</i> Sumber dana yang berasal dari kas kelompok mampu mencukupi kebutuhan selama kegiatan berlangsung</p> <p><i>Methods-</i> Metode yang digunakan dalam penyuluhan melalui presentasi dengan media power point, media power point digunakan untuk menarik perhatian anak-anak dan focus wali muted melalui gambar dan tulisan yang ditampilkan.</p> <p><i>Machine-</i> Materi yang disampaikan ringan karena sasarannya guru dan orang tua sehingga dapat dengan mudah diterima yang terlihat dari antusias dan aktif dalam setiap Tanya jawab yang diberikan</p> <p><i>Material-</i> Ukuran tulisan yang terlihat di layar kurang terlihat pada anak-anak dan wali murid yang duduk di bagian belakang, keterbatasan pada suara pemateri karena mikrofon yang bermasalah menyebabkan kalah besar dengan suara anak-anak.</p>
Process	Selama kegiatan berlangsung anak-anak, guru, dan wali murid terlihat antusias mendengarkan materi, tetapi sesekali mereka terlihat ribut dan kami sempat kewalahan tetapi kami dapat menyelenggarakan kegiatan penyuluhan sesuai rencana.
Output	Anak – anak, wali murid dan guru dapat memahami serta bertekad menerapkan kembali materi yang sudah disampaikan pada saat ice breaking dengan diberikan pertanyaan terkait materi yang sudah disampaikan.

4. KESIMPULAN

Kegiatan KKN di PCA Cempaka Putih, Jakarta Pusat terkait Penyuluhan Strategi Penerapan Gizi Seimbang untuk Anak dan Perlindungan Hukum Terhadap Anak dan KDRT berjalan dengan lancar dan sesuai dengan rencana meskipun masih terdapat beberapa kendala. Pedoman gizi seimbang serta hak perlindungan hukum terhadap anak dan KDRT perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan kami berharap kedepannya lebih banyak inovasi selama kegiatan KKN ini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Jakarta, Dosen Pembimbing Lapangan, Pengurus PCA Cempaka Putih sebagai Mitra dan kepada semua pihak yang telah membantu sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan berjalan dengan lancar, sesuai dengan rencana dan tepat waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyanto, A. *et al.* (2021) 'Penyuluhan "Makanan sehat pada anak PAUD dan TK"', *Lebah*, 15(1), pp. 1–7.
- Mardhiati, R. (2019) 'Edukasi Gizi Dan Pembuatan Menu Program Makan Bersama Pada Ibu Siswa/I Pendidikan Anak Usia Dini', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Andriyanto, A. *et al.* (2021) 'Penyuluhan "Makanan sehat pada anak PAUD dan TK"', *Lebah*.
- PMK No. 41 Tentang Pedoman Gizi Seimbang, bahan penukar makanan
- Mukrimaa, S.S. *et al.* (2016), *Jurnal Penelitian Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 6(August),
- Trimaya, A. (2015) 'Pengaturan Perlindungan Khusus Bagi Anak Korban Kekerasan Dalam Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2014 Tentang Perubahan Atas Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 Tentang Perlindungan Anak (Arrangements for Child Protection As Victim of Violence in Law Number 35', *Jurnal Legislasi Indonesia*.
- Said, M.F. (2018) 'Perlindungan Hukum Terhadap Anak Dalam Perspektif Hak Asasi Manusia [Legal Protection of Children in the Perspective of Human Rights]*', *Jurnal Cendekia Hukum*.
- Deshaini, L. (2022) 'Peran Masyarakat Dalam Undang-Undang Perlindungan Anak', *Majalah Citivas Akademika Sekolah Tinggi Ilmu Hukum Sumpah Pemuda*