

## GERAKAN IBU DAN ANAK SEHAT MELALUI PENYULUHAN KEKURANGAN VITAMIN A

Oktovina Rizky Indrasari<sup>1</sup>, Gerardin Ranind Kirana<sup>2</sup>

<sup>1</sup>D3 Fisioterapi, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

<sup>2</sup>SI Kesehatan Masyarakat, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

oktovinaR@gmail.com

### ABSTRAK

Vitamin adalah bahan utama bagi fungsi tubuh dan kesehatan yang dibutuhkan dalam jumlah sedikit, namun manfaatnya sangat berguna bagi tubuh. Vitamin A merupakan salah satu zat gizi penting yang larut dalam lemak. Vitamin A disimpan dalam hati dan berfungsi untuk penglihatan, pertumbuhan, dan dapat meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit. Kekurangan Vitamin A sangat mempengaruhi anak kecil, diantara mereka yang mengalami defisiensi dapat mengalami xerophtalmia dan dapat berakhir pada kebutaan, pertumbuhan yang terbatas, pertahanan tubuh yang lemah serta dapat meningkatkan risiko kematian. Kekurangan vitamin A dapat terus berlangsung mulai usia sekolah dan sampai remaja. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini meningkatkan pengetahuan pendidikan kesehatan dengan cara penyuluhan. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan persuasif terhadap ibu balita di Desa Kedak Kecamatan Semen Kabupaten Kediri. Hasil pembahasan pada kegiatan ini selama proses penyuluhan ibu balita diberikan kesempatan untuk bertanya dan keinginan untuk bertanya sangat banyak. Ibu balita sangat antusias dan senang dalam mengikuti penyuluhan tentang kekurangan vitamin A untuk menambah pengetahuan dan Setelah kegiatan penyuluhan, ibu balita dapat menerapkan dalam kegiatan sehari-hari.

**Kata Kunci:** Vitamin A, Anak-anak, Desa Kedak, Gizi

### 1. PENDAHULUAN

Desa Kedak merupakan salah satu Desa di Kecamatan Semen Kabupaten Kediri dan mempunyai keunggulan dibidang pertanian yaitu kacang tanah dan singkong. Mata pencarharian sebagian besar masyarakatnya bekerja sebagai pedagang, buruh tani, dan ibu rumah tangga. Berdasarkan pekerjaan tersebut dapat mengambarkan keadaan ekonomi masyarakat desa Kedak serta penghasilan yang tidak menentu. Dari keadaan ekonomi tersebut masyarakat kurang memperhatikan gizi untuk keluarganya dan lebih memilih untuk membeli kebutuhan rumah tangga lainnya. Pola konsumsi masyarakat Desa Kedak hanya mengandalkan dari hasil pertanian saja yaitu kacang tanah dan singkong, sehingga untuk penganekaragaman makanan dalam pemenuhan zat gizi baik zat gizi makro maupun mikro masih sangat kurang dan belum memenuhi pola gizi seimbang. Di Desa Kedak juga terdapat kader kesehatan,

PKK, dan tenaga kesehatan, tetapi masyarakat tidak pernah mendapat penyuluhan tentang makanan bergizi dan masalah gizi lainnya. Masyarakat hanya mendapat penyuluhan tentang garam beryodium. Oleh karena itu prioritas masalah di Desa Kedak adalah kurangnya pengetahuan tentang masalah gizi terutama kekurangan vitamin A.

Vitamin adalah bahan utama bagi fungsi tubuh dan kesehatan yang dibutuhkan dalam jumlah sedikit, namun manfaatnya sangat berguna bagi tubuh. Vitamin A merupakan salah satu zat gizi penting yang larut dalam lemak. Vitamin A disimpan dalam hati dan berfungsi untuk penglihatan, pertumbuhan, dan dapat meningkatkan daya tahan tubuh terhadap penyakit (Cakrawati, D & NH Mustika, 2012)

Hasil kajian beberapa studi menyatakan bahwa vitamin A merupakan zat gizi yang sangat esensial untuk tubuh, karena zat gizi ini sangat penting dan

apabila konsumsi kita belum mencukupi maka harus dipenuhi dari luar. Kekurangan vitamin A (KVA) merupakan masalah kesehatan utama dinegara sedang berkembang terutama Indonesia. Pada beberapa provinsi di Indonesia telah ditemukan kasus-kasus baru KVA yang terjadi pada anak penderita gizi buruk, sehingga KVA menjadi masalah gizi utama di Indonesia hingga saat ini. Di Indonesia masalah kekurangan vitamin A pada tahun 2011 sudah dapat dikendalikan, namun secara subklinis prevalensi kekurangan vitamin A terutama pada serum retinol dalam darah kurang dari 20ug/dl masih mencapai 0,8% (Adriani,M.& Wirjatmadi,B., 2012)

Kekurangan Vitamin A sangat mempengaruhi anak kecil, diantara mereka yang mengalami defisiensi dapat mengalami xerophthalmia dan dapat berakhir pada kebutaan, pertumbuhan yang terbatas, pertahanan tubuh yang lemah serta dapat meningkatkan risiko kematian. Kekurangan vitanin A dapat terus berlangsung mulai usia sekolah dan sampai remaja. Masalah KVA dapat terjadi pada keluarga dengan penghasilan cukup dan kurangnya pengetahuan orang tua / ibu tentang gizi yang baik. Gangguan penyerapan pada usus juga dapat menyebabkan KVA walaupun hal ini sangat jarang terjadi. Kurangnya konsumsi makanan (<80% AKG) yang berkepanjangan akan menyebabkan anak menderita KVA, dimana keluarga tidak mampu memberikan makanan yang cukup.

Berdasarkan hal tersebut, rumusan masalah dari pengabdian ini bagaimana respon ibu balita dalam menerima penyuluhan tentang kekurangan vitamin A. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini meningkatkan pengetahuan pendidikan kesehatan dengan cara penyuluhan dan manfaaat dari pengabdian masyarakat ini diharapkan masyarakat mampu merubah pemahaman tentang masalah Kekurangan Vitamin A. Pendidikan kesehatan dilaksanakan dengan memberikan informasi terkait pengertian vitamin A,

faktor-faktor yang mempengaruhi ketersediaan vitamin A, sumber vitamin A, pengertian kekurangan vitamin A, akibat kekurangan vitamn A, teknis pemberian vitamin A, tempat pemberian vitamin A, cara pemberian vitamin A, serta memberikan leaflet.

## **2. METODE PENGABDIAN**

### **2.1 Waktu Pelaksanaan**

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan 4 -16 Maret 2017

### **2.2 Tempat**

Posyandu Nanas Desa Kedak  
Kecamatan Semen Kabupaten Kediri

### **2.3 Sasaran**

Semua Ibu balita di Posyandu Nanas Desa Kedak Kecamatan Semen Kabupaten Kediri sebanyak 40 Orang.

### **2.4 Metode dan Rancangan**

#### **Pengabdian**

##### **a. Masalah yang Diprioritaskan**

Kekurangan vitamin A (KVA) merupakan masalah kesehatan utama dinegara sedang berkembang terutama Indonesia. Pada beberapa provinsi di Indonesia telah ditemukan kasus-kasus baru KVA yang terjadi pada anak penderita gizi buruk, sehingga KVA menjadi masalah gizi utama di Indonesia hingga saat ini. Di Indonesia masalah kekurangan vitamin A pada tahun 2011 sudah dapat dikendalikan, namun secara subklinis prevalensi kekurangan vitamin A terutama pada serum retinol dalam darah kurang dari 20ug/dl masih mencapai 0,8%. Masyarakat Desa Kedak Kecamatan Semen Kabupaten Kediri pola konsumsi untuk pemenuhan zat gizi masih kurang beragam, selain itu masyarakat Desa Kedak mempunyai tingkat pendidikan yang rendah sehingga akan mempengaruhi pengetahuan dan sikap orang tua terutama ibu. Ibu mempunyai peranan penting untuk memahami tentang manfaat vitamin A dan akibat dari kekurangan vitamin A.

##### **b. Metode Pendekatan Pelaksanaan Kegiatan**

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah pemberdayaan masyarakat melalui pendekatan persuasif terhadap Ibu balita di posyandu nanas Desa Kedak Kecamatan Semen Kabupaten Kediri oleh dosen dan mahasiswa S1 Kesehatan Masyarakat.

c. Metode Pendekatan Penyelesaian Masalah

Metode yang digunakan dalam penyelesaian masalah adalah pendekatan personal dalam rangka pemberian komunikasi, informasi dan edukasi melalui penyuluhan kesehatan terhadap Ibu Balita di Posyandu Nanas Desa Kedak Kecamatan Semen Kabupaten Kediri terkait Kekurangan Vitamin A

## 2.5 Prosedur Kerja

Adapun uraian prosedur kerja untuk mendukung realisasi metode yang ditawarkan adalah sebagai berikut :

- a. Melakukan perizinan
- b. Perencanaan kegiatan
- c. Melakukan observasi lokasi
- d. Melakukan kajian pustaka
- e. Pelaksanaan kegiatan
- f. Melakukan studi dokumen

## 2.6 Pelaksanaan kegiatan

Adapun pelaksanaan kegiatan, memuat langkah-langkah atau upaya yang dilakukan sebagai solusi atas masalah tersebut antara lain:

2.6.1 Menyiapkan alat dan bahan yang dibutuhkan antara lain:

- 1) Laptop dan LCD
- 2) Daftar pengunjung
- 3) Pulpen dan kertas
- 4) File materi penyuluhan

5) Leaflet yang berisi informasi tentang Kekurangan Vitamin A

2.6.2 Mengunjungi lokasi sesuai jadwal yang telah disepakati

2.6.3 Mengatur alat dan bahan yang dibutuhkan di lokasi kegiatan.

2.6.4 Peserta melakukan penimbangan balitanya dulu

2.6.5 Memberikan penyuluhan kepada Ibu balita terkait kekurangan vitamin A yang terdiri atas:

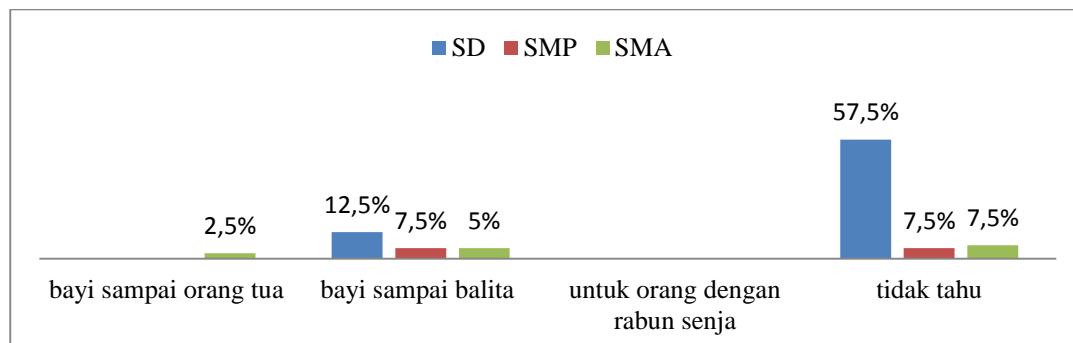
- 1) Pengertian vitamin A
- 2) Faktor-faktor yang mempengaruhi ketersediaan vitamin A
- 3) Sumber vitamin A
- 4) Pengertian kekurangan vitamin A
- 5) Akibat kekurangan vitamn A
- 6) Teknis pemberian vitamin A
- 7) Tempat pemberian vitamin A
- 8) Cara pemberian vitamin A

2.6.6 Setelah materi disampaikan oleh narasumber, peserta diberi pertanyaan untuk menguji pemahaman mereka terkait masalah Kekurangan Vitamin A.

2.6.7 Peserta yang telah mengikuti kegiatan penyuluhan tersebut, mendapat leaflet yang berisi tentang materi penyuluhan untuk dijadikan sebagai bahan bacaan dan sebagai panduan informasi

### 3 HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Pengetahuan tentang sasaran Vitamin A



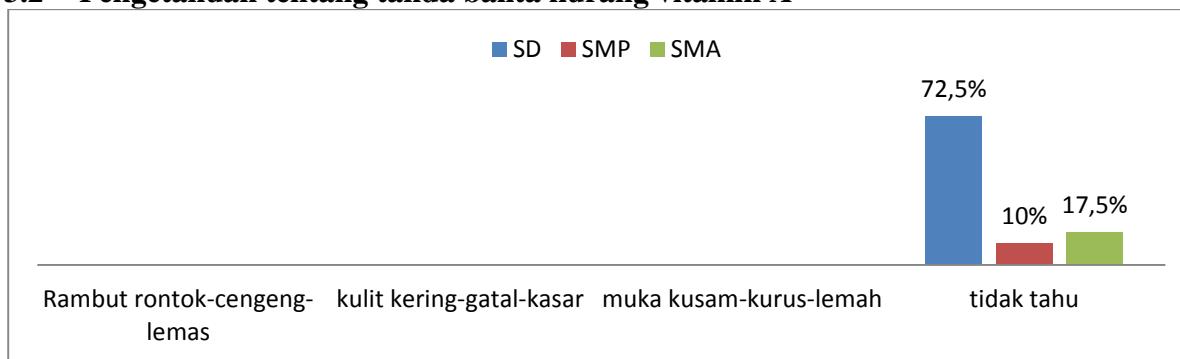
**Gambar 1.** Grafik pengetahuan tentang sasaran vitamin A

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa, 57,5% responden dengan status pendidikan SD mereka tidak mengetahui pengetahuan tentang sasaran vitamin A, 7,5% responden dengan status pendidikan SMP berpendapat bahwa sasaran pemberian Vitamin A dari bayi sampai balita,

sedangkan 7,5% responden dengan status pendidikan SMA tidak mengetahui sasaran pemberian Vitamin A.

Sebanyak 57,5% responden tidak mengetahui sasaran pemberian Vitamin A dikarenakan rendahnya pengetahuan ibu tentang Vitamin A.

#### 3.2 Pengetahuan tentang tanda balita kurang vitamin A

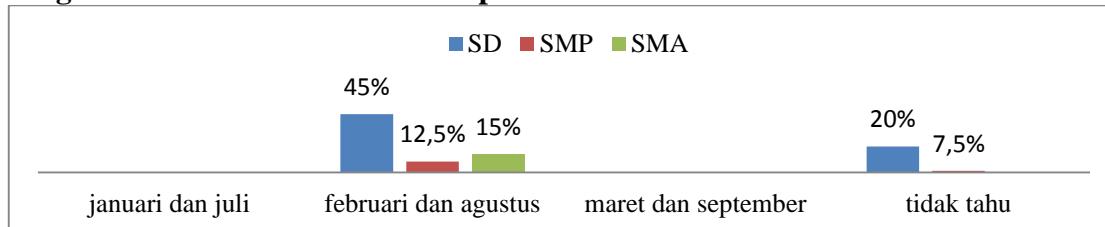


**Gambar 2.** Grafik pengetahuan tentang tanda balita kekurangan vitamin A

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa, 72,5% responden dengan status pendidikan SD, 10% responden dengan status SMP, 17,5% responden dengan status pendidikan SMA tidak mengetahui tentang tanda balita yang kekurangan vitamin A.

Semua responden tidak mengetahui tanda-tanda balita yang kekurangan Vitamin A dikarenakan rendahnya pengetahuan ibu serta belum adanya penyuluhan tentang Vitamin A di Desa Kedak.

### 3.3 Pengetahuan Bulan Pemberian Kapsul vitamin A

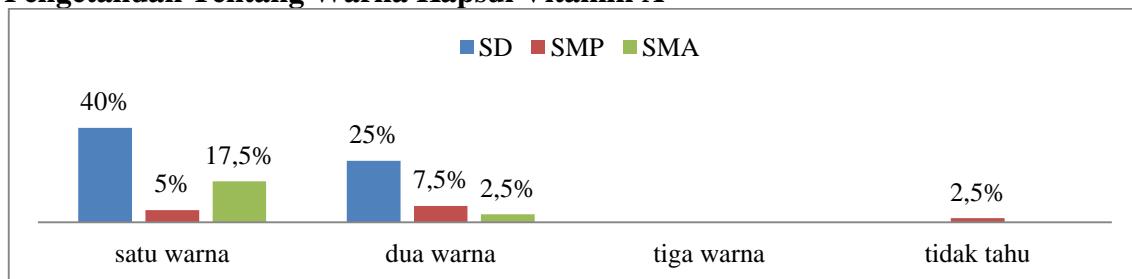


Gambar 3. Grafik pengetahuan tentang sasaran vitamin A

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa, 45% responden dengan status pendidikan SD, 12,5% responden dengan status pendidikan SMP dan 15% responden dengan status pendidikan SMA berpendapat bahwa bulan pemberian Vitamin A adalah bulan februari dan agustus.

Sebanyak 45% responden mengetahui waktu pemberian Vitamin A pada bayi dan balita adalah pada bulan Februari dan Agustus. Hal ini dikarenakan responden rutin membawa anaknya ke Posyandu untuk imunisasi dan pemberian Vitamin A.

### 3.4 Pengetahuan Tentang Warna Kapsul Vitamin A

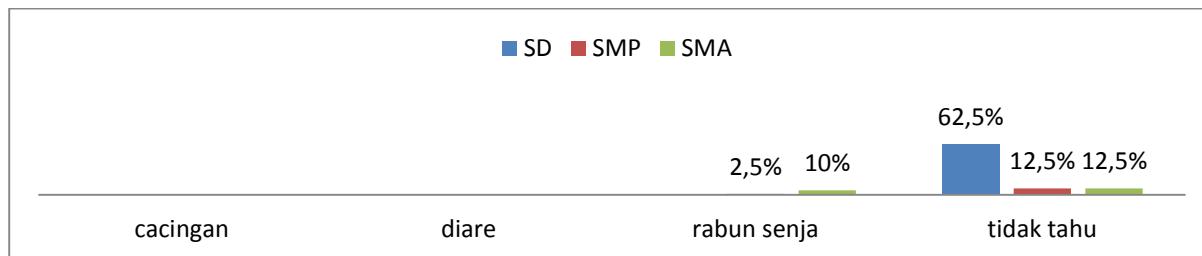


Gambar 4. Grafik pengetahuan tentang warna kapsul vitamin A

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa, 40% responden dengan status pendidikan SD dan 17,5% responden dengan status pendidikan SMA hanya mengetahui satu warna kapsul Vitamin A, sedangkan 25% responden dengan

status pendidikan SD mengetahui dua warna kapsul Vitamin A, dan 7,5% responden dengan pendidikan SMP mengetahui dua warna kapsul Vitamin A. Sebanyak 40% responden menyebut warna kapsul vitamin A hanya satu warna.

### 3.5 Pengetahuan Tentang Penyakit Akibat Kekurangan Vitamin A



**Gambar 5.** Grafik pengetahuan tentang penyakit akibat kekurangan vitamin A

Berdasarkan grafik diatas menunjukkan bahwa, 62,5% responden dengan status pendidikan SD, 12,5% responden dengan status pendidikan SMP dan 12,5% responden dengan status pendidikan SMA tidak mengetahui penyakit yang diakibatkan karena kekurangan vitamin A. Sebanyak 62,5% responden tidak mengetahui penyakit yang diakibatkan karena kurangan Vitamin A. hal ini dikarenakan rendahnya pengetahuan ibu tentang Vitamin A.

Setelah mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini semua ibu balita memahami dengan baik apa itu kekurangan vitamin A. hal ini dibuktikan dengan 85% ibu balita mampu menjawab pertanyaan dengan benar.

Menurut Notoatmodjo. 2007, pengetahuan adalah hasil tahu dari manusia yang sekedar menjawab pertanyaan “what”. Tinggi rendahnya pengetahuan seseorang di pengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah umur, informasi, dan

pendidikan Tingkat pendidikan ibu yang rata-rata masih rendah khususnya perempuan, merupakan salah satu masalah pokok yang berpengaruh terhadap masalah kesehatan. Tingkat pendidikan mempengaruhi sulit tidaknya seseorang mengikuti pengarahan mengenai gizi yang baik. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, makin mudah untuk menerima informasi, sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai – nilai yang baru di perkenalkan (Notoatmodjo,S. 2007). Informasi merupakan faktor penting dalam mempengaruhi pengetahuan seseorang. Semakin sering seseorang mendapat informasi maka semakin bertambah pula memori yang tersimpan dalam otak, sehingga ketika seseorang diberikan suatu pertanyaan maka mereka hanya me *recall* (mengingat kembali ) informasi yang sudah tersimpan dalam memori.

## 4 KESIMPULAN

- 1) Kegiatan terlaksana sesuai dengan perencanaan kegiatan dimana masyarakat ikut serta dalam kegiatan penyuluhan yang diadakan oleh mahasiswa dan dosen prodi S1 Kesehatan Masyarakat Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri.
- 2) Ibu balita sangat antusias dan senang dalam mengikuti penyuluhan tentang

kekurangan vitamin A untuk menambah pengetahuan.

- 3) setelah kegiatan penyuluhan, ibu balita dapat menerapkan dalam kegiatan sehari-hari.

## 5. SARAN

- 1) Adanya tindak lanjut dari bidan desa atau puskesmas untuk melakukan pemeriksaan terkait dengan Kekurangan Vitamin A

- 2) Setiap kegiatan posyandu sering diadakan penyuluhan untuk menambah pengetahuan ibu balita

#### **6. UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Kpela desa Semen, Kepala Puskesmas Semen, serta Bidan

Desa Kedak yang telah mendukung dan memberikan fasilitas kepada nara sumber dan peserta pengabdian masyarakat sehingga acara ini dapat terselenggara dengan lancar.

#### **7. DAFTAR PUSTAKA**

- Adriani,M.& Wirjatmadi,B. 2012.  
Pengantar Gizi Masyarakat.  
Jakarta: Kencana Prenada  
Media Group
- Notoadmodjo, Soekidjo. 2007. *Ilmu Kesehatan Masyarakat dan Seni*. Jakarta : Rineka Cipta.

Cakrawati, D & NH Mustika. 2012.  
Bahan Pangan, Gizi, dan  
Kesehatan. Bandung: Alfabeta