

**LAPORAN AKHIR  
PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT (PKM)  
TAHUN 2020**



**PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT BAGI RELAWAN RBA  
(RUANG BELAJAR AQIL) DI KOTA MALANG**

**Oleh:**

**ARSINAH HABIBAH FITRIAH, SST, M.P.H  
Dr. Ir. ENDANG SUTJIATI, M.Kes  
HANANDAYU WIDWIASTUTI, S.Si, M.Si**

**PROGRAM SARJANA TERAPAN GIZI& DIETETIKA  
JURUSAN GIZI  
POLTEKKES KEMENKES MALANG  
TAHUN 2020**

## HALAMAN PENGESAHAN PROGRAM KEMITRAAN MASYARAKAT

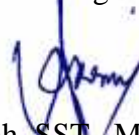
- Judul** : Program Kemitraan Masyarakat Bagi Relawan RBA (Ruang Belajar Aqil) Di Kota Malang.
- Bidang Pengabdian** : Program Kemitraan Masyarakat (PKM)
- Ketua Tim Pengusul (Pengabdi)**
- a. Nama : Arsinah Habibah Fitriah, SST., M.P.H..
  - b. Jenis Kelamin : Perempuan
  - c. NIDN : 4011097801
  - d. Disiplin Ilmu : Gizi
  - e. Pangkat/Golongan : Penata Muda Tk.I/III d
  - f. Jabatan : Lektor
  - g. Jurusan/Prodi : Jurusan Gizi/Sarjana Terapan Gizi & Dietetika
  - h. Alamat : Jl. Besar Ijen 77 c Malang
  - i. Telp/E-mail : 087808881211/ arsinahfitriah@gmail.com
  - j. Alamat Rumah : Perum Saxofone Land Kav 22
- Jumlah Anggota** : 2 orang
- Nama dosen** : Dr. Ir. Endang Sutjiati, M.Kes  
Hanandayu Widwastuti, S.Si, M.Si
- Jumlah mahasiswa** : 4 orang.
- Lokasi Kegiatan** :
- a. Lokasi Kegiatan (Mitra) : Kelurahan Lowokwaru Kecamatan Lowokwaru Kota Malang
- Wilayah Mitra** :
- b. Kabupaten/Kota : Malang
  - Provinsi : Jawa Timur
  - c. Jarak PT ke lokasi mitra : 5 km
  - d. Jumlah dana kegiatan : **Rp. 15.000.000,- (lima belas juta rupiah)**

Mengetahui  
Kapus PPM Poltekkes Kemenkes Malang,



Sri Winarni, S.Pd., M.Kes  
NIP. 19641016 198603 2 002

Malang, 29 November 2020  
Ketua Tim Pengabmas



Arsinah Habibah Fitriah, SST., M.P.H..  
NIP. 19780911 200012 2 001

Direktur,  
Poltekkes Kemenkes Malang



Budi Susatia, S.Kp., M.Kes  
NIP. 19650318 198803 1 002

## IDENTITAS & URAIAN UMUM

### A. IDENTITAS DIRI

Nama		Arsinah Habibah Fitriah, SST, M.P.H.
Tempat/Tanggal Lahir		Malang, 11 September 1978
NIP		19780911 200012 2 001
NIDN		4011097801
Jabatan Akademik		Lektor
Nomor Hp		087808881211
Alamat E-Mail		<a href="mailto:arsinahfitriah@gmail.com">arsinahfitriah@gmail.com</a>
Unit Kerja		Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Malang
Alamat Unit Kerja		Jl.Besar Ijen 77 C Malang
Telepon/Fax		(0341) 551896 FAX (0341) 580228
Alamat Rumah		Perum Saxofone Land Kav 22 Malang
Mata Kuliah Yang Diampu		Manajemen Gizi Kuliner Kuliner Diet Metodologi Penelitian Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi Manajemen Produksi Penyelenggaraan Makanan

## B. RIWAYAT PENDIDIKAN PERGURUAN TINGGI

	<b>DIII</b>	<b>D-IV/S1</b>	<b>S2</b>
<b>Nama Perguruan Tinggi</b>	Akademi Gizi Malang	Universitas Brawijaya Malang	Universitas Gadjahmada Yogyakarta
<b>Bidang Ilmu</b>	Gizi	Gizi Klinik	Gizi Klinik
<b>Tahun Masuk</b>	1997-2000	2000-2001	2006-2008

## C. PENGALAMAN PENELITIAN

<b>No</b>	<b>Tahun</b>	<b>Judul Penelitian</b>
1	2014	Optimalisasi Budaya Makan Tempe Generasi Dua Untuk Meningkatkan Asupan Gizi Ibu Hamil dan Anak Balita di Kota Malang
2	2017	Kesesuaian Standar Diet Dengan Kebutuhan Gizi dan Sisa Makanan Pasien Anak yang Mendapat Makanan Lunak Di Rumah Sakit Di Kota Malang
3	2019	Penyelenggaraan Makanan Sekolah Bola Terhadap Tingkat Konsumsi dan Status Gizi Siswa ASIFA ( <i>Aji Santoso International Football Academy</i> ) Di Kota Malang
4	2019	Pengetahuan Gizi, Sikap, dan Pola Konsumsi terhadap Status Gizi Mahasiswa Prodi Diploma 3 Gizi Akademi Gizi Karya Husada Kediri
5	2020	Perencanaan dan Analisis Menu Terhadap Daya Terima (Standar Porsi, Sisa Makanan, Rasa, Kesukaan, dan Harga) Siswa ASIFA ( <i>Aji Santoso International Football Academy</i> ) Di Kota Malang

## **RINGKASAN**

### **Gambaran Penerapan Pengabdian Kepada Masyarakat**

Kegiatan ini dilaksanakan dengan cara memberikan edukasi gizi dan penilaian mutu makanan, makanan yang tepat saat pandemi, pelatihan pengukuran Antropometri (pengukuran Berat Badan / BB dan Tinggi Badan / TB) dengan benar serta penentuan status gizi dengan menghitung Index Massa Tubuh / IMT, pendampingan selama praktek memasak, pengukuran BB dan TB serta penentuan status gizi yang dilakukan pada sesama relawan. Sebelum edukasi terlebih dahulu dilakukan *pre test* untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta. Edukasi gizi dilakukan oleh ketua Tim Pengabdian Kepada Masyarakat dibantu oleh 2 orang dosen, 2 orang Nara Sumber, dan 4 orang mahasiswa Jurusan Gizi. Narasumber merupakan orang yang ahli / kompeten dalam pengukuran status gizi dan penilaian sebanyak 2 orang. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, tanya jawab, simulasi, demonstrasi dan monitoring serta evaluasi.

Peserta merupakan relawan Ruang Belajar Aqil (RBA) yang sudah 1 tahun bergabung di RBA sebanyak 6 orang yang saat ini melaksanakan piket di RBA selama masa pandemi. Pengukuran Antropometri dilakukan bagi relawan RBA untuk menentukan status gizi relawan. Keterampilan mengukur TB dan BB dievaluasi setelah kegiatan pengukuran dilakukan peserta, sebelumnya semua peserta dilatih untuk mengukur semua relawan RBA sehingga diketahui apakah relawan RBA dapat mengukur TB dan BB dan penentuan status gizi dengan benar. Selain pengukuran antropometri, peserta juga dilatih untuk menentukan mutu makanan serta pola makan yang baik bagi peserta selama masa normal dan pandemi. *Post test* dilakukan setelah semua kegiatan selesai dilaksanakan. *Pre* dan *post test* dilakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta.

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah, puja dan puji syukur kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayahNya, Laporan Akhir Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Tahun 2020 dengan judul “Program Kemitraan Masyarakat Relawan RBA (Ruang Belajar Aqil) di Kota Malang” dapat diselesaikan tepat waktu. Tujuan dari Penyusunan laporan Akhir Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat tahun 2020 ini dimaksudkan untuk melaporkan kegiatan Pengabdian Masyarakat yang sudah dilakukan beserta hasilnya sehingga diharapkan pakar dapat mengetahui jalannya kegiatan, hasil yang diperoleh, beserta masukan yang diperlukan untuk perbaikan laporan hasil Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Penyusunan Laporan Akhir Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Tahun 2020 ini tidak terlepas dari dukungan, bantuan, bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, ucapan terima kasih disampaikan kepada :

1. Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang memberikan izin dan dukungan dana untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
2. Ketua Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang memberikan dorongan, dukungan dan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.
3. Pembina RBA yang telah mengizinkan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan.
4. Nara Sumber sebanyak 2 (dua) orang yang bersedia membagikan ilmu bagi relawan RBA terkait Antropometri.
5. Mahasiswa Jurusan Gizi sebanyak 4 (empat) orang yang bersedia bergabung dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahun 2020.
6. Semua pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahun 2020 yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa Laporan Akhir Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Tahun 2020 ini masih memiliki kekurangan, sehingga masukan dan saran sangat diharapkan demi penyempurnaan laporan akhir kegiatan pengabdian kepada masyarakat tahun 2020. Semoga dapat bermanfaat bagi semua yang membaca, relawan RBA khususnya dan masyarakat kota Malang pada umumnya.

Malang, 29 November 2020

**Tim Pengabmas**

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN .....	i
IDENTITAS .....	ii
RANGKUMAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix
BAB 1. PENDAHULUAN .....	1
A.    Pendahuluan .....	1
B.    Perumusan Masalah.....	3
BAB 2. TARGET & LUARAN .....	4
A. .... Target Capaian .....	4
B.    Luaran .....	4
BAB 3. METODE PELAKSANAAN .....	6
A.    Tujuan.....	6
B.    Manfaat.....	6
C.    Sasaran .....	6
D.    Metode.....	7
E.    Keterkaitan .....	7
BAB 4. HASIL & LUARAN YANG DICAPAI .....	8
A.    Hasil .....	8
B.    Luaran yang Dicapai .....	13
BAB 5. KESIMPULAN & SARAN .....	15
A.    Kesimpulan.....	15
B.    Saran.....	15
DAFTAR PUSTAKA .....	16
LAMPIRAN.....	17

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Keterampilan Pengukuran Antropometri .....	8
Tabel 2. Keterampilan Penentuan Mutu Makanan .....	8
Tabel 3. Status Gizi Relawan RBA .....	9
Tabel 4. Rata-rata Hasil Pre test & Post test .....	10
Tabel 5. <i>Frequent Missed Questions</i> pada <i>Pre test</i> .....	11
Tabel 6. <i>Frequent Missed Questions</i> pada <i>Post test</i> .....	12



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Hasil <i>Pre test&amp;Post test</i> .....	10

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Bukti Luaran .....	17
Lampiran 2. Dokumentasi .....	19
Lampiran 3. Soal Pre test & Post test.....	20

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **A. PENDAHULUAN**

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018 membuat kebijakan dan strategi program kesehatan masyarakat yaitu dengan isi kebijakan : penguatan pelayanan kesehatan primer dalam upaya kesehatan masyarakat melalui pemberdayaan masyarakat, penerapan pendekatan keberlanjutan pelayanan (*continuum of care*), dan mendorong lintas sektor mewujudkan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat. Dari ketiga kebijakan tersebut maka strategi yang dikeluarkan kementerian adalah 1) Akselerasi pemenuhan akses pelayanan kesehatan ibu, anak, remaja, dan lanjut usia yang berkualitas; 2) Mempercepat perbaikan gizi masyarakat; 3) Meningkatkan penyehatan lingkungan; 4) Meningkatkan promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat; 5) Meningkatkan upaya kesehatan kerja dan olahraga; 6) Meningkatkan dukungan manajemen dan pelaksanaan tugas teknis lainnya pada program kesehatan masyarakat. Berdasarkan kebijakan dan strategi program kesehatan masyarakat tersebut, maka salah satu pendekatan program yang dilakukan adalah penguatan manajemen program (Kemenkes RI, 2017).

Pemerintah saat ini tengah fokus melakukan perbaikan pada kebijakan dan undang-undang seperti mengurangi kekurangan gizi, cakupan peningkatan layanan utama kesehatan ibu dan anak seperti perawatan antenatal dan pengontrolan penyakit-penyakit yang sering menjangkit anak, serta berkontribusi terhadap penurunan mortalitas secara keseluruhan. Kebijakan tersebut dibuat berdasarkan beberapa waktu yang lalu kasus kematian ibu dan anak sangat tinggi yang disebabkan oleh komplikasi kehamilan dan kemungkinan bayi yang baru lahir untuk bertahan hidup sangat kecil. Pada setiap wanita yang meninggal, 20 – 30 menderita masalah yang signifikan karena kehamilan mereka (Malangvoice, 2018).

Kota Malang sendiri, kematian bayi pada tahun 2016 yang lalu sangatlah tinggi, mencapai angka 126, menurun menjadi 66 di bulan Desember tahun 2018. Angka kematian ibu mencapai 14 kasus di tahun 2017 dan menurun menjadi 8 kasus di akhir 2018. Selain menurunkan angka kematian ibu dan bayi, selama tahun 2018 Dinkes Kota Malang juga berfokus pada kesehatan bayi dan anak terutama masalah *stunting* dan gizi buruk. Tahun 2016 gizi buruk mencapai angka 66, turun menjadi 56 pada tahun 2017 dan di akhir tahun 2018 menurun menjadi 12 (Dinkes Kota Malang, 2019).

Bayi kekurangan gizi di Kota Malang masih menjadi masalah serius yang perlu penanganan secara berkesinambungan. Tahun 2017 angka *stunting* 4,8% meningkat menjadi 20,82% (7.074 bayi dan balita) di tahun 2018. Dari pendataan di 16 Puskesmas di Kota Malang jumlah kasus *stunting* masih cukup tinggi. Tercatat dari 59.000 bayi dan balita, terdapat sekitar 7.074 yang *stunting*. Penyebabnya bukan karena gen atau keturunan, melainkan kurangnya keterpenuhan gizi pada masing-masing bayi. Kondisi ini juga dapat dialami bayi yang baru lahir jika asupan gizinya kurang terpenuhi selama dalam masa kandungan. Hal ini juga dikarenakan asupan gizi ibu selama mengandung kurang memenuhi kebutuhannya, dimana pemenuhan gizi selama kehamilan juga tergantung dari pengetahuan ibu tentang gizi dan kesehatan (Radarmalang, 2019).

Upaya Dinas Kesehatan untuk menurunkan / mengatasi beberapa masalah kesehatan adalah bersinergi dengan Puskesmas, rumah sakit, dan perguruan tinggi, khususnya perguruan tinggi bidang kesehatan. Mahasiswa dibekali beberapa ilmu untuk mengatasi masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat. Sebagai aktualisasi diri seorang mahasiswa, kegiatan yang dilakukan bukan saja yang ada di kampus, tetapi ada beberapa mahasiswa yang ingin mengaktualisasikan dirinya di luar kampus dengan bergabung di sebuah komunitas. Begitu banyak komunitas yang ada di kota Malang, seperti komunitas olahraga, hobby, organisasi daerah, sampai dengan komunitas sosial yang bergerak di bidang sosial sampai dengan kesehatan (Kurniawan, 2018).

Salah satu komunitas yang beranggotakan mahasiswa adalah Ruang Belajar Aqil (RBA). RBA merupakan salah satu komunitas yang merupakan wadah belajar bagi masyarakat khususnya pemuda untuk melakukan aktivitas pembelajaran meningkatkan kapasitas diri dengan pembelajaran yang konstruktif dan bermakna. Visi dari RBA “Mewujudkan Bangsa yang lebih baik dengan kepedulian dan penerapan nilai pembelajaran melalui pemberdayaan pemuda Indonesia” yang diterjemahkan dalam salah satu misinya adalah “Mewujudkan kepedulian dan keterlibatan masyarakat dalam aktivitas berdaya guna serta bermanfaat bagi masyarakat”. Dimana RBA saat ini juga mulai membuat program kerja yang terkait untuk memperbaiki kesehatan di masyarakat (RBA, 2018).

Hasil diskusi dengan relawan RBA di awal tahun 2019 diperoleh informasi bahwa relawan RBA memerlukan pendidikan dan pengetahuan tentang gizi dan kesehatan agar dapat diinformasikan dan disampaikan kepada masyarakat sekitar. Berdasarkan data tersebut maka perlu dilakukan pelatihan dan pendampingan bagi relawan RBA untuk

melakukan penilaian status gizi secara cepat di masyarakat agar segera diketahui masalah yang terjadi, begitu juga perlunya pendidikan tentang makanan sehat dan mengenali produk makanan yang mengandung bahan berbahaya secara tepat agar dapat diinformasikan kepada masyarakat di Kota Malang.

## **B. PERUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan beberapa data masalah kesehatan yang terjadi di masyarakat serta visi dan misi RBA maka dirasa perlu untuk dilakukan pelatihan dan pendampingan bagi relawan RBA untuk memperbaiki dan meningkatkan status gizi masyarakat di Kota Malang.

## **BAB 2 TARGET DAN LUARAN**

### **A. TARGET CAPAIAN**

Target Capaian yang diharapkan dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini adalah :

1. Partisipasi sasaran mengikuti seluruh kegiatan diklat gizi minimal 95%.
2. Peningkatan rata-rata pengetahuan dan keterampilan gizi relawan minimal 10%.
3. Peningkatan Keterampilan dalam mengukur TB dan BB serta penentuan mutu makanan, gizi seimbang, dan zat kimia berbahaya.

Evaluasi kegiatan ini dilakukan dengan cara melakukan pre test dan post test kepada relawan RBA. Sebelum dilakukan kegiatan diklat dilakukan pres test dan setelah kegiatan pelatihan dan pendampingan berlangsung dilakukan post test. Hasil pre test dan post test ini dianalisis secara kuantitatif dan deskriptif. Untuk melihat ada atau tidak peningkatan keterampilan dilakukan monitoring dan evaluasi kepada sasaran setelah diberikan pelatihan terlebih dahulu.

### **B. LUARAN**

Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Luaran wajib dan Luaran Tambahan.

#### **Luaran Wajib terdiri dari :**

1. Tersusunnya buku Panduan dengan judul **“Panduan Penentuan Mutu Makanan dan Status Gizi”**. Buku ini juga dapat dijadikan referensi dalam proses belajar mengajar di suatu Perguruan Tinggi serta dapat juga digunakan praktisi yang bergelut di bidang gizi dan analisis makanan (Puskesmas, klinik, dan rumah sakit). Buku ini akan diurus ISBN dan dipublikasikan oleh penerbit.
2. Publikasi pada media masa Nasional (Tabloid Mata Hati), yang diterbitkan pada bulan September 2020.
3. Modul hasil kegiatan Pengabmas.

#### **Luaran Tambahan terdiri dari :**

1. Kekayaan Intelektual / HaKI dari Modul hasil kegiatan Pengabmas (hak ciptaan pada Kementerian Hukum dan Hak Azasi Manusia. Pencipta HaKI adalah Tim Pengabmas

dan Pemegang/Pemilik Hak Cipta adalah Poltekkes Kemenkes Malang dilimpahkan kepada Penulis).

2. Jejaring kerjasama (tersusunnya MoU antara Poltekkes Malang dengan RBA). Proses pengurusan.

## **BAB 3**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **A. TUJUAN**

**Umum:** Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini melakukan Program Kemitraan Masyarakat pada relawan RBA.

**Khusus :**

1. Menilai status gizi relawan RBA.
2. Meningkatkan pengetahuan tentang gizi dan kesehatan bagi relawan RBA.
3. Meningkatkan Keterampilan Penentuan Mutu Makanan (tes kandungan boraks pada makanan secara alami).
4. Meningkatkan Keterampilan Antropometri (pengukuran TB dan BB) serta penentuan status gizi masyarakat bagi relawan RBA.

#### **B. MANFAAT PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT**

Manfaat kegiatan ini adalah terjadinya peningkatan pengetahuan dan keterampilan di bidang gizi dan kesehatan bagi relawan RBA sehingga dapat membuat program kerja di bidang gizi dan kesehatan guna memperbaiki dan meningkatkan status gizi masyarakat, serta dapat menjangkau masalah secara cepat di wilayah program kerja RBA.

#### **C. KHALAYAK SASARAN**

Sasaran dari kegiatan ini adalah relawan RBA sebanyak 6 orang yang mendapatkan pelatihan dan pendampingan. Kriteria sasaran adalah sebagai berikut:

1. Mahasiswa yang tergabung sebagai relawan RBA minimal 1 tahun.
2. Belum pernah memperoleh edukasi gizi.
3. Belum pernah mendapatkan pelatihan antropometri dan penilaian mutu makanan.
4. Dapat melaksanakan program kerja RBA setelah diberikan pelatihan dan pendampingan.
5. Belum pernah mendapat pendampingan oleh Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang
6. Bersedia mengikuti kegiatan pelatihan dan pendampingan sesuai dengan kesepakatan.



#### **D. METODE PENGABDIAN**

Metode Pengabdian kepada masyarakat ini adalah berupa pendidikan dan pelatihan (diklat) di bidang gizi berupa penjelasan makanan sehat, penentuan mutu makan, dan pelatihan Antropometri bagi Relawan RBA. Narasumber dalam edukasi ini adalah Dosen jurusan gizi (3 orang pelaksana kegiatan, 2 orang nara sumber) yang dibantu oleh 4 (empat) orang mahasiswa Jurusan Gizi. Materi yang diberikan yaitu:

1. Pola makan yang baik dan hidup sehat selama pandemi dan di masa normal
2. Pentingnya Gizi bagi Status Gizi Masyarakat
3. Pedoman Gizi Seimbang
4. Penentuan Mutu Makanan
5. Bahan kimia berbahaya yang sering ditambahkan pada makanan
6. Praktek pengukuran TB dan BB serta penentuan status gizi bagi relawan
7. Praktek penentuan zat kimia berbahaya secara cepat dengan bahan makanan alami.

Untuk melihat ada atau tidaknya peningkatan pengetahuan dan keterampilan dilakukan dengan cara pre test dan post test sasaran, penyuluhan gizi seimbang & penentuan mutu makanan secara kualitatif, penjelasan tentang antropometri, pelatihan pengukuran TB dan BB serta penentuan status gizi, pelatihan penentuan zat kimia berbahaya, monitoring dan evaluasi (monev).

#### **E. KETERKAITAN**

Kegiatan ini terkait dengan berbagai komunitas seperti Komunitas Ruang Belajar Aqil (RBA) serta beberapa komunitas lain yang berkolaborasi dengan RBA, serta beberapa institusi pendidikan yang bekerja sama dengan RBA. Bagi RBA, kegiatan ini sangat bermanfaat sebagai salah satu bentuk pembinaan dan monitoring kegiatan di RBA serta kegiatan ini dapat dijadikan model dalam pelaksanaan pelayanan gizi yang lebih komprehensif.

**BAB 4**  
**HASIL & LUARAN YANG DICAPAI**

**A. HASIL YANG DICAPAI**

**1. Ketercapaian Target**

- a) Partisipasi sasaran mengikuti seluruh kegiatan diklat gizi sebesar 100%
- b) Peningkatan rata-rata pengetahuan gizi relawan sebesar 29%.
- c) Peningkatan Keterampilan dalam mengukur TB dan BB dapat dilihat pada Tabel 1 berikut :

**Tabel 1. Keterampilan Pengukuran Antropometri**

<b>Sebelum Dilatih</b>	<b>Setelah Dilatih</b>
1. Belum mengerti cara mengukur TB dengan benar (asal berdiri, tidak memperhatikan posisi tumit menempel pada dinding, microtoize dipasang sembarangan).	1. Sudah mengerti cara mengukur TB dengan tepat & benar (berdiri tegak, memperhatikan posisi tumit harus menempel pada dinding, dapat memasang microtoize dengan tepat).
2. Belum mengerti cara mengukur BB dengan tepat (kepala menunduk / mendongak, posisi kaki tidak berada di dalam timbangan sebagian, menggunakan pakaian yang tebal).	2. Sudah mengerti cara mengukur BB dengan tepat (posisi kepala menghadap ke depan, posisi kaki sudah berada di dalam timbangan, pakaian yg dipergunakan lebih minim)

**Sumber : Narasumber PKM 2020**

- d) serta penentuan mutu makanan, gizi seimbang, dan zat kimia berbahaya.

**Tabel 2. Keterampilan Penentuan Mutu Makanan, Gizi Seimbang & Zat Kimia Berbahaya**

<b>Sebelum Dilatih</b>	<b>Setelah Dilatih</b>
1. Belum mengerti mutu makanan yang dilihat dari jenis, komposisi & manfaat beberapa bahan makanan.	1. Sudah mengerti mutu makanan (dapat membedakan jenis bahan makanan serta manfaatnya, komposisi yang harus dipenuhi daam sekali makan).
2. Belum mengerti gizi seimbang.	2. Sudah mengerti gizi seimbang dari segi komponen, variasi & kombinasi, serta porsi) dengan menggunakan piring gizi seimbang.
3. Belum mengerti cara penentuan zat kimia berbahaya secara kualitatif	3. Sudah mengerti cara mengetes zat kimia berbahaya seperti borax secara alami (menggunakan kunyit).

**Sumber : Hasil Observasi terolah, 2020**

## 2. Status Gizi Relawan RBA

Semua Relawan RBA yang menjadi peserta diukur TB & BB untuk mengetahui status gizi. Penentuan Status Gizi menggunakan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan rumus :  $BB \text{ (kg)}/TB \text{ (m)}^2$ . Standar yang digunakan menurut Kemenkes (2019) yaitu :

Kurus Berat	: < 17,0
Kurus Ringan	: 17,0 – 18,4
Normal	: 18,5 – 25,0
Gemuk Ringan	: 25,1 – 27,0
Gemuk Berat	: > 27,0

Diperoleh data status gizi peserta sebelum & setelah kegiatan dilaksanakan yang dapat dilihat pada tabel 3 berikut :

**Tabel 3. Status Gizi Peserta**

NO	USIA	Berat Badan (kg)		Tinggi Badan (cm)		IMT		Status Gizi
		Awal	Akhir	Awal	Akhir	Awal	Akhir	
1.	26	82	81,2	169	168,6	28,7	28,6	Gemuk tk. berat
2.	22	69	68,3	160,6	161,8	26	26	Gemuk tk. ringan
3.	25	76	74,6	164	164	28,2	27,7	Gemuk tk. berat
4.	24	61	62,4	153	153	26,1	26,7	Gemuk tk. ringan
5.	24	53	53,8	165,8	165,8	19,3	19,6	Normal
6.	23	77,4	77,1	170	170	26,7	26,6	Gemuk tk. ringan

**Sumber : Data Pengabmas terolah, 2020**

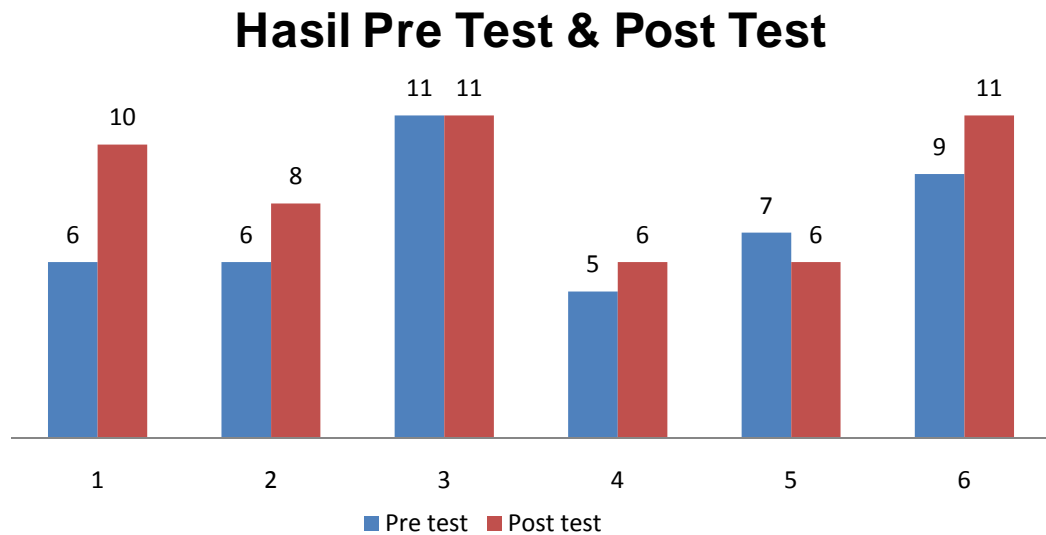
Dari tabel 3 tersebut diketahui bahwa sebanyak 50% peserta dengan status gizi Gemuk tingkat ringan, 33,3% peserta dengan status gizi Gemuk tingkat berat & 16,7% peserta dengan status gizi normal. Status gizi peserta yang berada pada Gemuk tingkat berat dan ringan bisa disebabkan karena asupan yang berlebih dalam jangka waktu lama, yang dikarenakan peserta belum memahami tentang gizi seimbang & kualitas makanan yang dikonsumsi sehingga kebanyakan peserta mengonsumsi makanan berdasarkan kesukaan tetapi bukan menurut kebutuhan yang seharusnya, selain itu kurangnya aktivitas yang dilakukan peserta karena terbiasa dengan rutinitas sehari-hari sehingga belum membiasakan diri untuk disiplin berolahraga.

Jenis kelamin peserta 67% adalah laki-laki dan 33% perempuan, 100% mahasiswa universitas negeri yang ada di kota Malang & semua peserta bukan asli Malang, tetapi di Malang untuk kuliah & mereka memilih tinggal di rumah kos. Seluruh peserta (100%) termasuk dalam golongan umur 19-29 tahun dengan Kecukupan gizi bagi laki-laki (Energi 2650 kkal, Protein 65 gram, lemak 75 gram,

karbohidrat 430 gram) dan Kecukupan gizi bagi perempuan (Energi 2250 kkal, Protein 60 gram, Lemak 65 gram, Karbohidrat 360 gram).

### 3. Hasil Pre & Post Test

Hasil Pre test & Post test dapat dilihat pada Gambar 1 berikut :



**Gambar 1. Hasil Pre test & Post test**

Dari gambar 1 tersebut diketahui nilai post test meningkat pada 83% peserta, dan 17% peserta mengalami penurunan nilai meskipun hanya 1 poin. Hal ini menunjukkan bahwa peserta lebih memahami pengetahuan tentang gizi setelah diberikan pendidikan dan pelatihan, meskipun ada yang nilai post tesnya turun. Hal ini bisa disebabkan karena peserta kurang memperhatikan materi yang disampaikan sehingga kurang teliti saat mengerjakan.

Hasil evaluasi pre test & post test dapat dilihat secara statistik pada tabel 4 berikut :

**Tabel 4. Rata-rata Nilai Pre test & Post test**

	<b>PRETEST</b>	<b>POST TEST</b>
<b>Average</b>	7.33 / 13 poin	8.67 / 13 poin
<b>Highest score</b>	Ari Setiawan (11 poin)	Ari Setiawan / ArwinAnindyka (11 poin)

Dari hasil pre test & post test tersebut diketahui bahwa skor tertinggi adalah 11 poin dari 13 poin yang diberikan, serta peningkatan pengetahuan sebesar 29% yang menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan telah lebih dari target yang telah ditetapkan yaitu 10%.

Data yang diperoleh dari hasil Pre test dan Post Test juga menunjukkan bahwa ada beberapa soal/materi yang memiliki persentase respon benar yang rendah (rata - rata 41,65% pada Pre Test). Contohnya adalah pertanyaan mengenai parameter yang

dapat digunakan untuk menengarai adanya penggunaan Bahan Tambahan Berbahaya pada makanan (33,3%) dan kategori status gizi dari interpretasi hasil pengukuran menggunakan IMT (33,3%). Hal ini dapat diartikan bahwa sebelum diadakan kegiatan, peserta belum memiliki informasi yang cukup mengenai materi tersebut. Data tentang pertanyaan yang sering dijawab salah oleh peserta ditunjukkan pada Tabel 5.

**Tabel 5. *Frequent Missed Questions* pada Pre Test**

PERTANYAAN	PERSENTASE RESPON BENAR (%)
Bahan di bawah ini yang termasuk bahan tambahan pangan yang dilarang adalah	50
Bahan di bawah ini yang termasuk Bahan Tambahan Pangan yang diijinkan adalah	50
Berikut adalah hal-hal yang ditengarai sebagai parameter adanya penggunaan BTP berbahaya pada makanan, kecuali ...	33,3
Kategori status gizi dari interpretasi hasil pengukuran menggunakan dengan indikator IMT pada remaja harus dibedakan menurut ...	33,3
Pengukuran lingkaran lengan atas digunakan untuk mengetahui kondisi kesehatan WUS. Jika diperoleh hasil pengukuran kurang dari 23,5 cm apa interpretasi status gizi tersebut?	50
Energi yang dibutuhkan remaja putri usia 13-18 tahun adalah ... kkal/kg BB/hari	33,3

Pada data Post Test (41,65%) persentase respon benar terhadap soal-soal tersebut telah >50% karena sudah tidak muncul pada kolom *Frequent Missed Questions Google Form* sehingga dapat diartikan bahwa dengan pelaksanaan kegiatan ini, peserta memiliki peningkatan pengetahuan mengenai status gizi dan kualitas makanan.

**Tabel 6. *Frequent Missed Questions* pada Post Test**

<b>PERTANYAAN</b>	<b>PERSENTASE RESPON BENAR</b>
Penilaian status gizi pada remaja dimaksudkan untuk mengetahui keadaan atau status kesehatan remaja. Indikator yang digunakan untuk mengetahui status gizi remaja adalah dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Parameter yang digunakan untuk menghitung IMT adalah ...	50
Pengukuran tinggi badan pada remaja harus diperhatikan beberapa hal yang merupakan titik kritis saat melakukan pengukuran karena akan mempengaruhi hasil pengukuran. Salah satu titik kritis yang termasuk dalam pengukuran tinggi badan ...	66,7
Pengukuran lingkaran lengan atas digunakan untuk mengetahui kondisi kesehatan WUS. Jika diperoleh hasil pengukuran kurang dari 23,5 cm apa interpretasi status gizi tersebut?	50

Tabel 6 menunjukkan beberapa soal yang memiliki respon benar agak rendah pada Post Test. Berdasarkan data tersebut dapat diketahui bahwa persentase respon benar peserta telah mengalami peningkatan sehingga tidak ada yang berada di bawah 50%. Selain itu, rata - rata jumlah soal yang banyak salah juga sudah menurun menjadi 3 soal. Namun pada hasil yang ditampilkan pada Tabel 5 dan 6 menunjukkan bahwa ada soal yang memiliki respon benar yang statis, yaitu tetap 50%. Hal ini mungkin terjadi karena Post Test dilaksanakan pada akhir kegiatan dan jarak waktu dengan penyampaian materi cukup lama ( $\pm$  3 minggu) sehingga memungkinkan ada beberapa peserta yang sudah lupa terhadap detail materi tersebut. Hal ini juga menjadi masukan bagi pelaksana kegiatan / pemateri agar selama proses kegiatan, pengulangan materi secara umum sambil praktik perlu dilakukan sehingga materi yang diberikan lebih tertanam karena langsung dihubungkan dengan praktik.

## B. LUARAN YANG DICAPAI

Luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah Luaran wajib dan Luaran Tambahan yang sudah dijelaskan pada BAB 2.

### **Luaran Wajib yang telah dicapai terdiri dari :**

1. Buku Panduan dengan judul “**Panduan Penentuan Mutu Makanan dan Status Gizi**”. Buku ini juga dapat dijadikan referensi dalam proses belajar mengajar di suatu Perguruan Tinggi serta dapat juga digunakan praktisi yang bergelut di bidang gizi dan analisis makanan (Puskesmas, klinik, dan rumah sakit). Buku ini akan diurus ISBN dan dipublikasikan oleh penerbit. Buku masih proses penyusunan. Draft buku :

#### PENDAHULUAN

BAB 1 Makanan Sehat, Aman, dan Bergizi

BAB 2 Bagaimana Memilih Makanan Sehat Di Pasaran

BAB 3 Memahami Informasi Gizi Pada Kemasan

BAB 4 Mengenal Bahan Tambahan Pangan Pada Makanan

BAB 5 Cara Menilai Mutu Makanan

BAB 6 Penentuan Kebutuhan & Status Gizi

BAB 7 Pola Hidup Sehat

BAB 8 Pengaturan Makanan dengan Gizi Seimbang

BAB 9 Mengolah Makanan dengan Tepat

BAB 10 Menyajikan Makanan dengan Alat Makan yang Tepat

Question and Answer (Q & A) Seputar Hidup Sehat dengan Gizi Seimbang

2. Publikasi pada media masa Nasional (Tabloid Mata Hati), yang diterbitkan pada bulan September 2020, dengan link online :

a) <https://tabloidmatahati.com/pkm-dosen-poltekkes-kemenkes-malang-latih-relawan-rba-menu-sehat-bergizi/#.X8JYDrUzbDc>

b) <https://tabloidmatahati.com/pkm-poltekkes-kemenkes-2020-sukses-latih-relawan-rba-tentang-makanan-sehat-gizi-seimbang/#.X8JY7rUzbDc>

c) <https://tabloidmatahati.com/target-pengabmas-tercapai-relawan-rba-dapat-praktek-menu-seimbang/#.X8JZEbUzbDc>

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini juga telah dipublikasikan Tabloid Mata Hati secara cetak, Edisi 22 September 2020. Gambar dapat dilihat pada lampiran

3. Modul hasil kegiatan Pengabmas. Proses Penyusunan. Cover dapat dilihat pada lampiran.

**Luaran Tambahan terdiri dari :**

1. Kekayaan Intelektual / HaKI dari Modul hasil kegiatan Pengabmas (hak ciptaan pada Kementerian Hukum dan Hak Azazi Manusia. Pencipta HaKI adalah Tim Pengabmas dan Pemegang/Pemilik Hak Cipta adalah Poltekkes Kemenkes Malang dilimpahkan kepada Penulis). Pengurusan dilakukan pada bulan Desember 2020.
2. Jejaring kerjasama (tersusunnya MoU antara Poltekkes malang dengan RBA). Proses pengurusan, karena RBA juga digunakan sebagai lahan dalam pembelajaran.
3. Artikel dalam jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, yang akan disubmit pada tahun 2021.



## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

1. Partisipasi sasaran 100%
2. Karakteristik Peserta : 100% mahasiswa universitas negeri di Kota Malang. Jenis kelamin 67% laki-laki, 33% perempuan. 100% peserta berasal dari kelompok umur yang sama (19 – 29 tahun) berdasarkan golongan umur pada Kecukupan Gizi yang dianjurkan.
3. Status Gizi Peserta : 50% gemuk tingkat berat, 33,3% gemuk tingkat ringan, 16,7% Normal.
4. Peningkatan poin rata-rata pengetahuan gizi 29%.
5. Peningkatan keterampilan Antropometri, penentuan mutu makanan, gizi seimbang & zat kimia berbahaya secara kualitatif.
6. Luaran yang telah dihasilkan : publikasi kegiatan pengabmas pada Tabloid Nasional (Tabloid Mata Hati) secara cetak dan online.
7. Luaran yang dalam proses penyusunan & pengusulan : Draft Modul, Pengusulan HaKI pada bulan Desember 2020, Draft buku yang akan diusulkan pada tahun 2021, artikel ilmiah pada Jurnal Pengabdian Masyarakat (Jurnal Pengabdian Masyarakat “Transformasi” Universitas Islam Negeri Mataram, Sinta 4) pada tahun 2021 (submitted), dan MoU.

#### **B. SARAN**

1. Perbaiki status gizi relawan RBA menjadi normal dengan pengaturan makanan berdasarkan gizi seimbang serta olahraga teratur.
2. Perlu dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat lanjutan untuk memperbaiki status gizi relawan serta pendampingan yang akan dilakukan kepada masyarakat sekitar yang terkait dengan RBA.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kemenkes RI, 2017. Pendekatan Program Kesehatan Masyarakat Tahun 2018. Jakarta: Dirjen Kesmas.
2. Dinkes Kota Malang, 2019. Kaleidoskop 2018 (Upaya Dinkes Kota Malang Tekan Angka Kematian Bayi dan Stunting). Malang: Dinkes Kota Malang.
3. Malangvoice, 2018. <https://malangvoice.com/kaleidoskop-2018-upaya-dinkes-kota-malang-tekan-angka-kematian-bayi-dan-stunting/>. Diakses tanggal 13 November 2019, pkl 01.40 WIB
4. Radarmalang, 2019. Astaga! 33 Ribu Bayi Di Malang Raya Derita Gizi Buruk, dalam <https://radarmalang.id/astaga-33-ribu-bayi-di-malang-raya-derita-gizi-buruk/>. Diakses tanggal 13 November 2019, pkl 02.10 WIB.
5. Kurniawan Endra, 2018. 15 Daftar Komunitas Malang yang Wajib Maba ikuti. Dalam <https://malangtoday.net/bungkus/15-daftar-komunitas-kota-malang/>. Diakses Tanggal 13 November 2019, pkl. 02.10 WIB.
6. RBA, 2018. Laporan rba Tahun 2017 & Kembang Kegiatan RBA Tahun 2018. Malang: RBA.
7. Nurmalia Erdisa, 2019. Melihat Kegiatan Sosial Ala Komunitas Ruang Belajar Aqil, dalam <https://komunita.id/2019/07/15/melihat-kegiatan-sosial-ala-komunitas-ruang-belajar-aqil/>. Diakses Tanggal 13 November 2019, pkl. 02.10 WIB.
8. Kristianto Yohanes, 2010. Panduan Memilih dan Belanja Makanan Sehat. Yogyakarta: Nailil Printika.
9. Guesehat.com, 2017. Empat Zat Kimia Berbahaya yang Sering Digunakan Dalam Makanan, dalam <http://guesehat.com/empat-zat-kimia-berbahaya-yang-sering-digunakan-dalam-makan/>. Diakses Tanggal 14 november 2019, pkl. 09.05 WIB.
10. Kemenkes RI, 2019. PMK NO. 28 tahun 2019 tentang Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat. Kemenkes RI.

# Lampiran 1. Bukti Luaran yang Didapatkan

## 1. Publikasi Kegiatan pada Tabloid Mata Hati Cetakan Edisi 22 September 2020



### PKM Poltekkes Kemenkes 2020 Sukses Latih Relawan RBA Tentang Makanan Sehat-Gizi Seimbang

KETUA PKM Poltekkes Kemenkes, dr RBA Lusiawati, Kota Malang, Anisah Habibah Fithah, SST, MPH, dalam melaksanakan kegiatan ini selain dibantu dua orang anggota, juga dibantu oleh sejumlah mahasiswa Jurusan Gizi Program Studi Keguruan Terpadu dan Dietetik Ta IV Semester 7 sebanyak 4 orang, Yulia Jihan Rochabul Aisy, Jonathan Soegiono, dan Wardana Rahad Furi, dan Eswatha Dhotha.

Pada mahasiswa ini, kata Anisah Habibah Fithah bahwa Anisah memberikan pendampingan pelatihan makanan sehat dan bergizi kepada peserta relawan Ruang Belajar Aqil (RBA) sebanyak 6 orang. Mereka adalah Ari Setiawan, Anis Amriyaha, Azzah Anif Anggara, Fairuz Shihab Nabila, Marina Puslita Permadianti, dan Zinedine Syarif Yahya. Ketika mengikuti pelatihan PKM para peserta didampingi penganggung jawab RBA, Wiy Ariwajana, ST, serta relawan RBA, Rahné Kartika Hayati.

Dikatakan Anisah para peserta menerima penjelasan dari para sumber pelatihan. Dosen dan pengantar dari dosen pakar di Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Malang, B. Dobby Niyati, SKM, MM, dan Jun Hasbiyulita, SST, M.Kes. Kegiatan pengabdian masyarakat (pengabdian), diungkapkan Anisah, dimulai Rabu, 12 Agustus 2020. Dibuka resmi oleh Ketua Jurusan Gizi Terpadu, SKM, MPH, sekaligus memberikan sambutan peralihan yang digunakan selama pengabdian seperti Microbase.



Tim PKM Poltekkes Kemenkes Malang saat menunjukkan makanan bergizi kepada mitra pengabdian.

prta LILA, Poster dan Siker Tinggi Badan, Masker, Hand Sanitizer, Serung Tangan, Celemek, penutupi tangan, dan penutupi kepala saat makan, serta cara untuk kegiatan praktik pembuatan menu makanan: memasak menu gizi seimbang.

Berikutnya, kata Anisah, dilanjutkan dengan pre test serta penyuluhan tentang perencanaan menu makanan secara kualitatif serta gizi seimbang bagi relawan RBA selama Pandemi dan masa normal.

Jadwal Pengabdian berikutnya, usang Anisah, dilaksanakan Kamis 13 Agustus 2020 materi penyuluhan tentang Antropometri atau pengukuran



Pada Jumat 14 Agustus 2020, Anisah melaksanakan praktik perencanaan menu makanan secara kualitatif dan praktik memasak menu gizi seimbang yang didemonstrasikan oleh mahasiswa jurusan gizi.

yang meliputi: berat badan, lingkar lengan atas dikalkulasikan dengan praktik perencanaan status gizi relawan RBA serta pengukuran antropometri.

Pada Jumat 14 Agustus 2020, Anisah melaksanakan praktik perencanaan menu makanan secara kualitatif dan praktik memasak menu gizi seimbang yang didemonstrasikan oleh mahasiswa jurusan gizi. Mereka juga menunjukkan contoh menu untuk 3 hari kemudian dihari 1 menu untuk dipraktikkan pada saat makan siang, detail berjenjang kemudian relawan RBA menunjukkan bahan makanan yang sudah dicetak tersebut di pasar

berikut dengan standar porsi yang sudah ditentukan sesuai dengan kebutuhan orang dewasa. Berikutnya, usang Anisah, kegiatan ini dilanjutkan dengan makan bersama kemudian diskusi serta tanya jawab. Setelah itu, tim PKM yang dibantu Anisah ini kembali pada Jumat 20 Agustus 2020 melaksanakan pendampingan memasak menu gizi seimbang. Menu dibuat oleh relawan RBA kemudian dicetak untuk dibagikan kemudian dipraktikkan untuk makan siang yang didampingi oleh mahasiswa Jurusan Gizi.

Kegiatan dilanjutkan dengan dipraktikkan untuk makan siang yang didampingi oleh mahasiswa Jurusan Gizi. Tahapan terakhir, kata Anisah, pada Sabtu, 23 Agustus 2020 dilakukan Post test, dilanjutkan penutupan dengan penyempitan kesan & pesan dari peserta relawan RBA dari mahasiswa Jurusan Gizi.

"Kami sampaikan terima kasih dan terimakasih kegiatan ini dapat meningkatkan pengetahuan keterampilan gizi bagi relawan RBA," pungkasnya. (Dwi)



Praktik dan diskusi tentang makanan bergizi.

**Pengantar dan Pembinaan Anisah Habibah Fithah, SST, MPH**

- 2014 : Ditunjuk sebagai Ketua Tim Dosen dan Wakil Koordinator Jurusan Gizi dan Dietetik dan Nutrisi di Kota Malang.
- 2017 : Keahlian Standar dan Terapan Kesehatan Gizi dan Dietetik Program Ases yang Mendukung Mekanisme dan Sistem di Kota Malang.
- 2018 : Penasehatan Standar Sistem RBA Sehatnya Tingkat Nasional dan Global dan (Gizi ASHA) di Jakarta dan (Gizi Fathah) di Kota Malang.

**Kontribusi Pengabdian Kepada Masyarakat dan Dosen Anisah di Poltekkes Kemenkes Malang**

1. Anisah Habibah Fithah, SST, MPH (Dwi)
2. Anisah Habibah Fithah, SST, MPH (Dwi)
3. Anisah Habibah Fithah, SST, MPH (Dwi)
4. Anisah Habibah Fithah, SST, MPH (Dwi)

**Beberapa Mahasiswa Jurusan Gizi Prodi Sains dan Kesehatan Gizi & Dietetik Ta IV Semester 7**

1. Jihan Rochabul Aisy
2. Jonathan Soegiono
3. Dan Wardana Rahad Furi
4. Eswatha Dhotha

### PKM Dosen Poltekkes Kemenkes Malang, Latih Relawan RBA Menu Sehat-Bergizi

**MALANG** - Ruang Belajar Aqil (RBA) yang berada di Kecamatan Lusiawati, Kota Malang, menjadi objek Program Kemitraan Masyarakat (PKM) bagi dosen jurusan gizi Poltekkes Kemenkes Malang. Siapa saja dosen tersebut? Ketua PKM Anisah Habibah Fithah, SST, MPH, mengatakan selain dirinya dan dua orang lainnya yaitu Dr. Ir. Erdaug Sujati, M.Kes dan Hanandya Widawati, S.Si, M.Si. Diadakan Anisah Habibah Fithah diapa Anisah, PKM yang diketuainya ini mengabdikan ilmu Program Kemitraan Masyarakat Relawan Ruang Belajar Aqil (RBA) Kota Malang. Ciptanya lama ini ada pertandingan RBA merupakan salah satu komunitas belajar masyarakat khususnya pemula tentang pemberdayaan dan meningkatkan kapasitas diri dengan metode belajar konstruktif dan bermakna.

Saat ini RBA juga mempunyai program kerja memperbaiki kesehatan di masyarakat. Berdasarkan hal inilah, kata Anisah perlu adanya kegiatan pelatihan dan pendampingan karena relawan RBA memerlukan pendidikan dan pengetahuan tentang gizi dan kesehatan agar dapat diinformasikan dan disampaikan kepada masyarakat sekitarnya langsung dari adanya bimbingan tersebut.

Realitas tersebut mendorong Anisah bersama dua anggota PKM melakukan analisis permasalahan tenaga relawan RBA kurang mampu melaksanakan program RBA tentang gizi dan kesehatan. Dimana hasil analisis tersebut adalah, relawan RBA takut belajar dan Program Tinggi Kesehatan, relawan RBA belum



Penyerasan sertifikat Tim PKM Poltekkes Kemenkes Malang.



Pengukuran tinggi badan (TB) dan Berat Badan (BB) dengan tepat.

mengerti pola makan yang sehat, sehingga relawan RBA belum mengerti cara menentukan menu makanan secara kualitatif, status gizi makanan, masih belum dapat melakukan pengukuran tinggi badan (TB) dan Berat Badan (BB) dengan tepat, serta relawan berkecenderungan menentukan status gizi dengan berat. Melalui kegiatan PKM ini, Anisah menyebutkan relawan RBA diberikan pendidikan, pelatihan, sekaligus pendampingan tentang kesehatan makanan. Tiga hal tersebut dilakukan selama satu bulan sejak 12 - 29 Agustus 2020. Selain dilakukan pelatihan dan pendidikan dilakukan, saat ini relawan RBA mampu melakukan laporan kegiatan di atas tentang kesehatan makanan. Yaitu mampu menentukan menu makanan, gizi, mengku-

TBB, serta bisa menentukan status gizi suatu makanan. Melalui wawasan dan ilmu tentang makanan sehat bergizi tersebut akhirnya secara relawan RBA lebih kearah melakukan kegiatan terkait program kerja peningkatan gizi makanan kepada masyarakat.

Jika relawan RBA mempunyai keterampilan pengetahuan tentang kesehatan makanan ini, lanjut Anisah, maka akan mudah mewujudkan mencapai visi RBA, mewujudkan bangsa yang lebih baik dengan kepedulian dan penerapan ilmu gizi. Serta relawan RBA lebih berdaya saing.



Tim PKM Poltekkes Kemenkes Malang.

## 2. Modul Hasil Kegiatan Pengabmas yang akan didaftarkan HaKI bulan Desember 2020





## PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Program Kemitraan Masyarakat Bagi Relawan Ruang Belajar Aqil (RBA) di Kota Malang



### Lampiran 3. Soal Pre Test dan Post Test

1. Bahan di bawah ini yang termasuk bahan tambahan pangan yang dilarang adalah
  - a. Beta karoten
  - b. Klorofil
  - c. Aspartam
  - d. Kalsium benzoat
  - e. Formaldehida**
  
2. Bahan di bawah ini yang termasuk Bahan Tambahan Pangan yang diijinkan adalah
  - a. Formalin
  - b. Natrium tetraborat
  - c. Methanyl yellow
  - d. Kalium klorat
  - e. Klorofil**
  
3. Berikut adalah hal-hal yang ditengarai sebagai parameter adanya penggunaan BTP berbahaya pada makanan, kecuali ...
  - a. Warna makanan sangat cerah dan menarik
  - b. Awet pada suhu ruang
  - c. Dihinggapi lalat**
  - d. Tekstur kenyal
  - e. Bau menyimpang dari bau normal
  
4. Berikut adalah hal yang harus diperhatikan dalam memilih obat tradisional, kecuali ...
  - a. Cek label
  - b. Cek merk**
  - c. Cek kemasan
  - d. Cek izin edar
  - e. Cek kadaluwarsa
  
5. Saga, jahe, kencur, adas, dan timi merupakan beberapa bahan alam yang dapat digunakan untuk mengurangi efek penyakit ...
  - a. Demam
  - b. Batuk**

- c. Pusing
  - d. Diare
  - e. Radang
6. Penilaian status gizi pada remaja dimaksudkan untuk mengetahui keadaan atau status kesehatan remaja. Indikator yang digunakan untuk mengetahui status gizi remaja adalah dengan menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT). Parameter yang digunakan untuk menghitung IMT adalah ...
- a. umur dan berat badan
  - b. umur dan tinggi badan
  - c. berat badan dan tinggi badan**
  - d. tinggi badan, berat badan dan umur
7. Kategori status gizi dari interpretasi hasil pengukuran menggunakan dengan indikator IMT pada remaja harus dibedakan menurut ...
- a. Umur**
  - b. jenis kelamin
  - c. berat badan
  - d. tinggi badan
8. Pengukuran tinggi badan pada remaja harus diperhatikan beberapa hal yang merupakan titik kritis saat melakukan pengukuran karena akan mempengaruhi hasil pengukuran. Salah satu titik kritis yang termasuk dalam pengukuran tinggi badan ...
- a. bagian tubuh
  - b. bagian kaki
  - c. bagian tangan
  - d. bagian kepala**
9. Pengukuran lingkaran lengan atas digunakan untuk mengetahui kondisi kesehatan WUS. Jika diperoleh hasil pengukuran kurang dari 23,5 cm apa interpretasi status gizi tersebut?
- a. Kurus
  - b. Obesitas
  - c. resiko KEK**
  - d. tidak resiko KEK

10. Periode perkembangan seseorang mulai puncak pubertas sampai kepada status dewasa merupakan pengertian dari ...
- Bayi
  - Anak-anak
  - Remaja**
  - Dewasa
11. Kebutuhan gizi seseorang per hari bergantung pada hal-hal di bawah ini kecuali ...
- Golongan umur
  - Jenis kelamin
  - Berat badan
  - Profesi**
12. Energi yang dibutuhkan remaja putri usia 13-18 tahun adalah ... kkal/kg BB/hari
- 30 - 35
  - 40 - 50**
  - 55 - 60
  - 65 - 70
13. Konsumsi vitamin A, C, dan B pada perempuan dapat mengurangi resiko terjadinya ...
- Hipertensi
  - Diabetes
  - Anemia**
  - Gondok