

SOSIALISASI MEDIA INFORMASI KEBUTUHAN GIZI HARIAN PADA UNIT PELAKSANA TEKNIS (UPT) PUSKESMAS MANDOMAI

Sam'ani^{1*}, Ferdiani Haris², Moch. Ichsan³, M. Haris Qamaruzzaman⁴

¹Program Studi Teknik Informatika, STMIK Palangka Raya

²Program Studi Sistem Informasi, STMIK Palangka Raya

³Program Studi Manajemen Informatika, STMIK Palangka Raya

⁴Program Studi Sistem Informasi, Universitas Muhammadiyah Palangkaraya

*Korespondensi: sam.stmikplk@gmail.com

ABSTRACT

In serving the local community, the Mandomai Health Center Technical Implementation Unit (UPT) does not only handle the treatment of sick people, but also usually handles complaints from people who are malnourished. All types of food contain different compositions of nutrients. The human body will experience malnutrition if it consumes less nutritious food. It is very important to choose a variety of foods according to the body's nutritional needs so that you do not experience a deficiency or excess of nutrients, which can cause various diseases, such as malnutrition, obesity, hypertension, diabetes, and others. In order to help the UPT staff at the Mandomai Health Center and the surrounding community understand the calculation of nutritional needs and recommendations for a balanced diet, an information application will be disseminated, especially one based on Android mobile, in the form of a system that will present information on daily nutritional needs, namely Media Information on Daily Nutritional Needs, which will be socialized to UPT Puskesmas Mandomai staff and the surrounding community.

Keywords: Information Media; Nutritional Needs; UPT Health Center Mandomai

ABSTRAK

Dalam melayani masyarakat setempat Unit Pelaksana Teknis (UPT) Puskesmas Mandomai tidak hanya menangani pengobatan masyarakat yang sakit saja tapi juga biasa menangani keluhan masyarakat yang kekurangan gizi. Semua jenis makanan mengandung komposisi zat gizi yang berbeda-beda. Tubuh manusia akan mengalami kekurangan gizi jika mengkonsumsi makanan yang kurang gizi. Sangat perlu untuk dipilih beragam makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi tubuh supaya tidak mengalami kekurangan atau kelebihan gizi yang bisa menimbulkan berbagai penyakit, misalnya kekurangan gizi, obesitas, hipertensi, diabetes, dan penyakit lainnya. Untuk membantu petugas UPT Puskesmas Mandomai dan masyarakat sekitarnya dalam memahami perhitungan kebutuhan gizi dan anjuran diet seimbang, maka akan disosialisasikan sebuah aplikasi informasi khususnya yang berbasis android *mobile* berupa sebuah sistem yang akan menyajikan informasi kebutuhan gizi harian yaitu Media Informasi Kebutuhan Gizi Harian yang akan disosialisasikan untuk petugas UPT Puskesmas Mandomai dan masyarakat sekitarnya.

Keywords: Media Informasi; Kebutuhan Gizi; UPT Puskesmas Mandomai

PENDAHULUAN

Gizi ideal merupakan bentuk keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh. Setiap orang memiliki kebutuhan tubuh yang berbeda-beda sesuai dengan umur, berat badan serta faktor lainnya (Supono et al., 2015). Kebanyakan masyarakat kita berpendapat bahwa makan hanya untuk menghilangkan lapar dan tidak mengetahui makanan yang dikonsumsi tersebut sesuai kebutuhan gizi tubuh atau tidak. Supaya kesehatan dan keseimbangan tubuh terus terjaga sangat penting guna memenuhi dan mencukupi kebutuhan gizi dengan makanan yang bergizi seimbang.

Dikarenakan setiap jenis makanan memiliki perbedaan dalam komposisi zat gizi, maka sangat penting sekali untuk memilih jenis makanan sesuai dengan kebutuhan supaya tidak kurang apalagi lebih dari yang diperlukan kebutuhan tubuh. Banyak hal yang dapat ditimbulkan akibat karena kesalahan dalam pemilihan makanan yang dikonsumsi, seperti timbulnya penyakit baru, seperti kekurangan gizi, obesitas, hipertensi, diabetes, dan penyakit lainnya (Azizah et al., 2017). Disamping itu juga akan menimbulkan banyak gangguan kesehatan dan beragam penyakit akibat karena kekurangan gizi pada tubuh manusia, yaitu: busung lapar, anemia, gondok dan rabun.

Status gizi manusia dapat ditentukan dengan parameter Indeks Massa Tubuh (IMT), variabel input dibagi menjadi dua yaitu variabel berat dan tinggi badan. Serta satu variabel output, yaitu variabel nilai gizi. Variabel nilai gizi ini dibentuk berdasarkan klasifikasi IMT (Muhammad Haris Qamaruzzaman et al., 2022).

Unit Pelaksana Teknis (UPT) Puskesmas Mandomai setiap harinya melayani masyarakat setempat yang berobat dan juga sering menangani pasien yang kekurangan gizi (Qamaruzzaman, Sutami, Kurniawan, et al., 2021). Untuk membantu masyarakat terutama yang berada disekitar UPT Puskesmas Mandomai agar mengetahui menghitung kebutuhan gizi beserta saran diet seimbang, maka dibutuhkannya suatu media informasi yang dapat digunakan dimana dan kapan saja. Saat ini, mulai anak-anak, orang dewasa sampai yang tua sudah semakin familiar dan lekat dengan yang namanya *smartphone* ataupun *tablet* (Sam'ani et al., 2022). Pesatnya kemajuan teknologi berbasis *mobile* yang disertai dengan penetrasi koneksi internet dengan dukungan salah satu sistem operasi *mobile* yang sangat populer yaitu android, menciptakan akses di setiap waktu dan tempat (Nugroho et al., 2022). Dibidang Kesehatan banyak sekali ditemukan berbagai aplikasi yang dapat membantu masyarakat kapan dan dimana saja (Qamaruzzaman, Sutami, & Sam'ani, 2021).

Sosialisasi aplikasi informasi kebutuhan gizi harian berbasis android ini ditujukan agar dapat membantu mempermudah petugas kesehatan UPT Puskesmas Mandomai dan menambah pengetahuan masyarakat sekitarnya tentang kebutuhan gizi harian yang perlu dikonsumsi sehari-hari agar kondisi kesehatan selalu terjaga.

METODE

Kegiatan Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan oleh Universitas Muhammadiyah Palangkaraya melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) dengan menugaskan dosen program studi Sistem Informasi yang berada dibawah naungan Fakultas Teknik dan Informatika (FTI) yang tahun ini bertempat di UPT Puskesmas Mandomai yang beralamat di Jalan Bakti Husada Kecamatan Kapuas Barat Kabupaten Kapuas Kalimantan Tengah. UPT ini merupakan salah satu fasilitas kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan pada masyarakat disekitarnya memiliki jumlah dokter dan tenaga perawat serta tenaga yang lainnya sebanyak 15 orang. Tahapan kegiatan yang dilaksanakan dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini :

Tabel 1. Tahapan Kegiatan Pengabdian

Tahapan Kegiatan	Keterangan
Persiapan	Mempersiapkan segala keperluan kegiatan dan Survey Lokasi
Pelaksanaan Kegiatan	Implementasi dan Sosialisasi Penggunaan aplikasi yang berisi : 1. Pembukaan dari Kepala UPT Puskesmas 2. Instalasi aplikasi ke petugas puskesmas

	dan masyarakat 3. Penjelasan cara menggunakan aplikasi 4. Diskusi
Pelaporan	1. Evaluasi Hasil Pelaksanaan Kegiatan 2. Pembuatan Laporan kegiatan 3. Dokumentasi dan artikel jurnal

Kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 1 (satu) hari pada bulan Maret 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Isi Hasil dan Pembahasan

Pengabdian pada masyarakat berupa sosialisasi aplikasi berbasis android ini dilaksanakan di UPT Puskesmas Mandomai pada hari Kamis tanggal 02 Maret 2023 yang dihadiri dan diikuti oleh unsur pimpinan dan pegawai/petugas UPT Puskesmas Mandomai dan masyarakat sekitarnya. Kegiatan Pengabdian ini dimulai dengan pembukaan berupa sambutan dari pimpinan UPT Puskesmas Mandomai yang diikuti oleh Ketua kegiatan pengmas pada gambar 1 berikut ini :



Gambar 1. Pembukaan Kegiatan

Kemudian dilanjutkan dengan Presentasi dan Praktek Instalasi/Penggunaan Media Informasi Kebutuhan Gizi Harian Berbasis Android. Terlihat pada gambar 2 dan 3 berikut :



Gambar 2. Presentasi



Gambar 3. Presentasi Aplikasi

Aplikasi Media Informasi Kebutuhan Gizi Harian ini terdiri dari beberapa menu utama seperti terlihat pada gambar 4 berikut :



Gambar 4. Tampilan Menu Utama

Pada gambar 4 diatas menunjukkan tampilan menu utama aplikasi dengan beberapa menu yang dapat dipilih yaitu : Menu Kebutuhan Gizi untuk menghitung kebutuhan gizi harian, Menu Makanan & Minuman kategori-kategori setiap bahan makanan dan minuman, Menu Alat URT (Ukuran Rumah Tangga) berisi daftar alat-alat ukuran rumah tangga yang lazim digunakan, dan Menu Panduan Aplikasi yang berisi panduan tata cara supaya lebih memudahkan menggunakan semua menu pada aplikasi ini. Untuk mengetahui kebutuhan gizi harian pengguna harus mengisi Berat badan, Tinggi badan, Jenis Kelamin, Umur. Berikutnya untuk isian Riwayat Penyakit, Aktivitas Fisik dan Faktor Stress Fisik terdapat beberapa pilihan yang dapat dipilih pengguna. Terakhir adalah dengan memilih tombol Hitung, maka akan ditampilkan informasi kebutuhan gizi harian yang disarankan.

Sesi terakhir dari kegiatan ini yaitu diskusi/tanya jawab dengan para peserta kegiatan dan dilanjutkan dengan dokumentasi Bersama seluruh peserta kegiatan pengabdian ini. Terlihat pada gambar 5 dan 6 berikut :



Gambar 5. Sesi diskusi dengan peserta



Gambar 6. Dokumentasi seluruh peserta

Kegiatan Pengmas ini diikuti sebanyak 20 peserta yang terdiri dari sebagian pegawai/petugas UPT Puskesmas Mandomai dan masyarakat sekitarnya. Selama kegiatan berlangsung, disamping kegiatan sosialisasi dan diskusi semua para peserta yang membawa smartphone baik petugas UPT Puskesmas

dan masyarakat juga diberikan dan diinstall aplikasi media informasi kebutuhan gizi harian ini secara gratis supaya dapat dimanfaatkan kapan saja dan dimana saja. Pada tahapan terakhir dilaksanakan penyebaran kuesioner untuk tingkat keberhasilan kegiatan ini. Hasil kuesioner dapat dilihat pada tabel 2 berikut :

Tabel 2. Hasil kuesioner kegiatan

No	Pernyataan	Hasil Jawaban				
		Sangat Setuju	Setuju	Kurang Setuju	Tidak Setuju	Sangat Tidak Setuju
1	Kegiatan ini bermanfaat dan menambah wawasan	16	4	0	0	0
2	Tim pelaksana kegiatan ramah selama kegiatan berlangsung	15	5	0	0	0
3	Terkait aplikasi ini mudah digunakan dan berjalan dengan baik	17	3	0	0	0
4	Aplikasi ini membantu anda mengetahui kebutuhan gizi harian anda	18	2	0	0	0
5	Aplikasi ini membantu anda dalam melakukan diet sehat	18	2	0	0	0
6	Perlu disosialisasikan kegiatan serupa dengan tema yang beragam	19	1	0	0	0
Jumlah		103	17	0	0	0

Dari hasil kuesioner yang dilakukan terlihat bahwa para peserta yang menyatakan sangat setuju sebanyak 85,833% dan setuju sebanyak 14,167% terhadap pelaksanaan kegiatan ini. Para peserta juga sangat antusias dan dapat mengikuti kegiatan dengan baik.

SIMPULAN

Kegiatan P2M ini telah berhasil mengimplementasikan dan menerapkan hasil penelitian dosen sebelumnya tentang media informasi kebutuhan gizi harian berbasis android bagi para pegawai/petugas UPT Puskesmas Mandomai dan masyarakat sekitarnya yang dapat dimanfaatkan untuk mengetahui kebutuhan gizi harian yang perlu dikonsumsi sehari-hari agar kondisi kesehatan selalu terjaga. Selama kegiatan berlangsung, para peserta sangat antusias dan dapat mengikuti kegiatan dengan baik dan memahami cara penggunaan aplikasi media informasi yang disosialisasikan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih disampaikan atas peran serta dan partisipasi beberapa pihak, yaitu : Universitas Muhammadiyah Palangkaraya melalui Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (LP2M) yang telah mendanai program ini. Kemudian pihak UPT Puskesmas Mandomai dan masyarakat sekitarnya yang telah menyediakan tempat dan waktu selama kegiatan ini berlangsung hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, F. N., Akhriza, T. M., & Prasetyo, A. (2017). Aplikasi Android Untuk Membantu Program Diet Berbasis Aktivitas. *Seminar Nasional Sistem Informasi-Fakultas Teknologi Informasi Universitas Merdeka Malang, 14 Septemb*, 587–597.
- Muhammad Haris Qamaruzzaman, Sutami, Sam'ani, & Budiman, I. (2022). Penerapan Metode Harris Benedict Pada Media Informasi Kebutuhan Gizi Harian Berbasis Android. *JURIKOM (Jurnal Riset Komputer)*, 9(5), 1346–1355. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30865/jurikom.v9i5.4867>
- Nugroho, B. P., Norhayati, Rosmiati, Hendartie, S., Haris, F., Sam'ani, & Ichsan, M. (2022). Penerapan Media Belajar Interaktif Berbasis Android Bagi Anak Desa Petuk Ketimpun Binaan Yayasan Ransel Buku. *PIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 54–59. <https://ejournal.uhb.ac.id/index.php/PIMAS/article/view/765>
- Qamaruzzaman, M. H., Sutami, Kurniawan, C., Ziaurrahman, M., & Sam'ani. (2021). Implementasi Sistem Pengolahan Data Pasien (SIPEDAS) pada UPT Puskesmas Mandomai. *Jurnal Abdimas Bina Bangsa*, 2(1), 211–219. <https://doi.org/https://doi.org/10.46306/jabb.v2i1.111>
- Qamaruzzaman, M. H., Sutami, & Sam'ani. (2021). Rancang bangun informasi obat tradisional kalimantan dengan permodelan air terjun berbasis android. *Jurnal Pendidikan Informatika Dan Sains*, 10(1), 80–89. <https://doi.org/10.31571/saintek.v10i1.2567>
- Sam'ani, Haris, F., Ichsan, M., Sulistyowati, & Fikry, M. I. (2022). Rancang Bangun Kendali Lampu Dengan Bluetooth Berbasis Android. *Jurnal Sains Komputer Dan Teknologi Informasi*, 5(1), 14–20. <https://garuda.kemdikbud.go.id/documents/detail/3087347>
- Supono, R. A., Karmilasari, K., & Wulandari, Y. D. (2015). Aplikasi Penghitungan Kebutuhan Gizi Lansia Berbasis Smartphone Android. *Seminar Nasional Aplikasi Teknologi Informasi (SNATI)*, 1(1), 11–17.