

**JUDUL ABDIMAS : PERAN APLIKASI GIZI UNTUK EDUKASI DI ERA DIGITAL**

 <b>Peneliti</b>	 <b>Ringkasan Eksekutif</b>
<p>Ketua :</p> <p>Dr. Erry Yudhya Mulyani, S.Gz, M.Sc</p> <p>Anggota :</p> <p>-</p>	<p>Saat ini Indonesia masih dihadapkan dengan permasalahan beban ganda, yaitu dimana masih tingginya prevalensi stunting (kependekan), Wasting, Obesitas dan kekurangan zat gizi mikro khususnya anemia yang masih menjadi tantangan besar. Berdasarkan data riskesdas 2018 menyatakan bahwa 32% remaja mengalami anemia. Artinya, dimana 3-4 remaja dari 10 remaja mengalami anemia. Banyak factor yang menyebabkan terjadinya anemia, salah satunya asupan zat gizi remaja yang masih kurang optimal dikarenakan factor-faktor lain yang menyebabkan remaja membatasi asupan atau memilih jenis bahan makanan.</p> <p>Salah satu upaya pencegahan anemia melalui pemberian suplementasi tablet tambah darah khususnya pada remaja putri yang secara strategis mengenai sasaran. Hal ini dikarenakan remaja putri merupakan calon ibu yang akan menciptakan generasi penerus bangsa kedepan. Meskipun dalam kondisi pandemic Covid -19, seperti saat ini upaya tersebut harus tetap di jalankan.</p> <p>Dijaman era digital seperti saat sekarang, sangat perlu dimaksimalkan dikarenakan protocol kesehatan diperketat mengingat semakin tingginya angka kasus Covid-19. Pemanfaatan media massa, internet, dan beberapa aplikasi edukasi kesehatan mulai dimaksimalkan. Oleh karenanya, seminar ini dirasa perlu untuk menambah wawasan dan memicu educator untuk lebih kreatif dalam mengedukasi masyarakat umum.</p> <p>Dengan demikian, berdasarkan kegiatan seminar yang diadakan dapat membuka wawasan bahwa setiap edukasi yang diberikan disesuaikan dengan sasaran kelompok, perlu disusun secara terprogram yaitu terjadwal dan efektif, serta konsisten dengan adanya evaluasi (<i>pre-post-test</i>).</p> <p>Kata Kunci : Aplikasi Gizi, Edukasi, Kesehatan</p> <p> <b>HKI dan Publikasi</b></p>
	<p>Aplikasi yang telah di HAKI kan dengan no. sertifikat EC00202037771, 5 Oktober 2020</p>

 Latar Belakang	 Hasil dan Manfaat
<p>Saat ini Indonesia masih dihadapkan dengan permasalahan beban ganda, yaitu dimana masih tingginya prevalensi stunting (kependekan), Wasting, Obesitas dan kekurangan zat gizi mikro khususnya anemia yang masih menjadi tantangan besar. Berdasarkan data riskesdas 2018 menyatakan bahwa 32% remaja mengalami anemia. Artinya, dimana 3-4 remaja dari 10 remaja mengalami anemia. Banyak factor yang menyebabkan terjadinya anemia, salah satunya asupan zat gizi remaja yang masih kurang optimal dikarenakan factor-faktor lain yang menyebabkan remaja membatasi asupan atau memilih jenis bahan makanan.</p> <p>Salah satu upaya pencegahan anemia melalui pemberian suplementasi tablet tambah darah khususnya pada remaja putri yang secara strategis mengenai sasaran. Hal ini dikarenakan remaja putri merupakan calon ibu yang akan menciptakan generasi penerus bangsa kedepan. Meskipun dalam kondisi pandemic Covid -19, seperti saat ini upaya tersebut harus tetap di jalankan.</p> <p>Dijaman era digital seperti saat sekarang, sangat perlu dimaksimalkan dikarenakan protocol kesehatan diperketat mengingat semakin tingginya angka kasus Covid-19. Pemanfaatan media massa, internet, dan beberapa aplikasi edukasi kesehatan mulai dimaksimalkan. Oleh karenanya, seminar ini dirasa perlu untuk menambah wawasan dan memicu educator untuk lebih kreatif dalam mengedukasi masyarakat umum.</p>	<p>Dimasa pandemic seperti sekarang ini, perlu kreatif dan inovatif dalam menyampaikan pesan secara informatif khususnya pesan edukasi kesehatan yang telah disesuaikan dengan sasarannya misalnya yaitu ibu hamil. Untuk memaksimalkan perannya, kreatifitas dari penggunaan media edukasi secara online sangat dibutuhkan agar konseling personal dapat berjalan maksimal. Misalnya dengan menggunakan aplikasi dan grup <i>WhatsApp</i>. Pemantauan berat badan untuk indicator kesehatan ibu hamil dapat dilakukan mandiri oleh ibu hamil kepada konsultan dalam hal ini bidan ataupun ahli gizi. Setelah itu, masukan ataupun saran dapat diberikan melalui media online personal dengan <i>WhatsApp</i>. Apabila berupa grup dapat dilakukan melalui zoom apabila kuota pulsa terpenuhi, namun apa bila terbatas dapat dilakukan dengan memberikan media yang dapat dibaca berkali-kali oleh ibu hamil.</p> <p>Dalam kasus penatalaksanaan setelah melahirkan biasanya di puskesmas atau pelayanan kesehatan memberikan edukasi secara langsung. Namun dalam kondisi seperti sekarang ini dapat dilakukan dengan daring atau secara online dengan memberikan media edukasi yang dapat di baca atau dipelajari sendiri oleh ibu. Pola konsumsi dapat di berikan di dalam media tersebut sebagai panduan atau modul edukasi. Makanan yang dapat memicu produksi ASI adalah makanan yang memiliki kandungan zat laktogogum seperti, katuk, daun papaya, torbangun, buah dan sayur hijau pastinya.</p> <p>Upaya dalam menyadarkan ibu terhadap perilaku <i>food taboo</i> berupa pemberian edukasi secara efektif, terprogram, dan konsisten atau terjadwal. Hal ini di lakukan agar penyampaian materi secara efektif dapat diterima oleh ibu atau sasaran dan terjadi interaksi untuk bertanya secara komunikatif melalui jalur konseling atau</p>
 Metode	

Kegiatan ini dilakukan secara daring atau secara online dengan menggunakan zoom sebagai aplikasi online dalam pemberian materi. Kegiatan berlangsung mulai 09.00 – 11.55 WIB pada hari Minggu, tanggal 31 Januari 2021. Terdapat beberapa pembicara dalam kegiatan ini namun untuk materi peran aplikasi gizi untuk edukasi di era digital merupakan materi kedua yang diberikan.

Upaya dalam menyadarkan ibu terhadap perilaku *food taboo* berupa pemberian edukasi secara efektif, terprogram, dan konsisten atau terjadwal. Hal ini di lakukan agar penyampaian materi secara efektif dapat diterima oleh ibu atau sasaran dan terjadi interaksi untuk bertanya secara komunikatif melalui jalur konseling atau

	<p>konsultasi. Selain itu, dengan adanya interaktif dapat mengevaluasi kegiatan apakah edukasi ini berhasil atau belum. Dan perlu dilakukan evaluasi terkait penggunaan media yang termasuk dalam kategori maksimal atau masih perlu penambahan media yang disesuaikan dengan kemampuan sasaran dalam menyerap informasi secara baik.</p> <p>Dengan demikian, berdasarkan kegiatan seminar yang diadakan dapat membuka wawasan bahwa setiap edukasi yang diberikan disesuaikan dengan sasaran kelompok, perlu disusun secara terprogram yaitu terjadwal dan efektif, serta konsisten dengan adanya evaluasi (<i>pre-post-test</i>). Kegiatan seminar ini juga telah memberikan wawasan bahwa di era digital pemanfaatan teknologi sangat di butuhkan secara maksimal dan kreatif sebagai seorang educator khususnya ahli gizi.</p>
<p> <b>Skema LITABMAS</b></p> <p><b>MANDIRI-TIDAK TERPROGRAM</b></p>	<p> <b>Ucapan terimakasih</b></p> <p>Terimakasih kepada team SAHABAT GIZI yang telah memberikan kesempatan untuk dapat berbagi informasi tentang aplikasi PERISAI BUMIL</p>

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Malisova O, Athanasios P, Anastasia N, Vassiliki B, Aristides A, Antonis Z, dan Maria K. 2014. Estimations of water balance after validating and administering the water balance questionnaire in pregnant women. *Int J Food Sci Nutr*, 2014; 65(3): 280–285.
2. Mulyani EY, Hardinsyah, Briawan D, Santoso BI. 2017. Hydration status of pregnant women in West Jakarta. *Asia Pac J Clin Nutr*. 26 (Suppl 1):S26-S30. doi:10.6133/apjcn.062017.s14.
3. Mulyani EY, Hardinsyah, Briawan D, Santoso BI. 2018. The Impact of Dehydration in the Third Trimesters on Pregnancy Outcome-Infant Birth Weight and Length. *J. Gizi Pangan*. 13(3):157-164. DOI: 10.25182/jgp.2018.13.3.157-164.
4. Mulyani EY, Hardinsyah, Briawan D, Santoso BI. 2018. Analisis Status Hidrasi dan Asupan Zat Gizi Serta Air pada Ibu Hamil. *JURNAL MKMI*, Vol. 14 No. 3. DOI: <http://dx.doi.org/10.30597/mkmi.v14i3.4343>.
5. Mulyani EY, Jus'at I, Angkasa D, Anggiruling DO. Analysis of Nutritional and Hydration Knowledge on Attitudes and Behaviors of Mothers in Pregnancy Period. *Gizi Indon* 2019, 42(2):91-100. Doi: 10.36457/gizindo.v42i2.462



**LPPM UNIVERSITAS ESA UNGGUL**  
(Profil Ringkasan LITABMAS)

ggul

Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa U**

ggul

Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa U**

ggul

Universitas  
**Esa Unggul**

Universitas  
**Esa U**