

EDUKASI GIZI EFEKTIF MENINGKATKAN PENGETAHUAN KONSUMSI MAKANAN SEHAT DAN AMAN SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN RESIKO OBESITAS PADA ANAK DOWN SYNDROME

 Peneliti	 Ringkasan Eksekutif
<p>Ketua :Prita Dhyani Swamilaksita, S.P, M.Si</p> <p>Anggota :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Harna, S.Gz, M.Si 2. Mertien Sa'pang, S.Gz, M.Si, RD 3. Andreas Noven 4. Stefanus Nicolaus Hendra 5. Nur Azizah 	<p>Judul Pengabdian kepada Masyarakat adalah “Edukasi Gizi Efektif Meningkatkan Pengetahuan Konsumsi Makanan Sehat dan Aman Sebagai Upaya Menurunkan Resiko Obesitas Pada Anak Down Syndrome di Yayasan Rumah Ceria Down Syndrome Kecamatan Pasar Minggu, Jakarta Selatan”. Salah satu masalah gizi yang masih menjadi prioritas oleh pemerintah DKI Jakarta yaitu obesitas pada anak. Berdasarkan laporan Riset Kesehatan Dasar menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada tahun 2013 sebesar 14,8 % dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi 21,8 %. Salah satu penyebab obesitas pada anak adalah pola makan yang tidak seimbang. Selain pola makan, aktivitas fisik yang kurang juga menjadi penyebab terjadinya obesitas. Down Syndrome menurut Gunarhadi (2005) merupakan suatu kumpulan gejala akibat dari abnormalitas kromosom, biasanya kromosom 21, yang tidak dapat memisahkan diri selama meiosis sehingga terjadi individu dengan 47 kromosom. Berdasarkan penelitian Rahmawati (2016) menunjukan sebanyak 40 % anak Down Syndrome mengalami obesitas. Penyebab anak Down Syndrome terjadi karena faktor asupan obat atau kesalahan asupan saat kehamilan, terpapar radiasi, kelainan kromosom saat pembuahan terjadi, dan karena umur ibu di atas usia 30 tahun. Penelitian Abdullah, et al (2013) menunjukan anak dengan Down Syndrome mengonsumsi energi dan makronutrien yang lebih tinggi dari pada anak normal. Tujuan utama dari pegabdian masyarakat ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan sikap kepada pengasuh mengenai bahaya dari obesitas pada anak Down Syndrome di wilayah Jakarta Selatan, bertempat di Yayasan Rumah Ceria Down Syndrome. Harapan dari program ini yaitu pengasuh memiliki kesadaran agar dapat meningkatkan kualitas hidup sehingga dapat mencegah terjadinya obesitas pada anak Down Syndrome. Teknis pelaksanaan abdimas yaitu mulai dari tahap persiapan, pengembangan media aplikatif, pre test, pemberian media dan penyuluhan, dan evaluasi. Target luaran yaitu satu artikel ilmiah yang dipublikasikan melalui jurnal ber ISSN di Jurnal Pengabdian Masyarakat Abdimas Universitas Esa Unggul, produk berupa media, peningkatan keberdayaan mitra (peningkatan</p>

	<p>pengetahuan dan kesehatan).</p> <p>Kata Kunci : Obesitas, Down Syndrome</p> <p>HKI dan Publikasi</p> <p>Seminar Nasional dan Call of Papers Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat (HAKI: EC00202109713, 3 Februari 2021)</p>
--	--

 Latar Belakang	 Hasil dan Manfaat
<p>Saat ini obesitas merupakan masalah gizi dari berbagai penjurus dunia. Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2010 prevalensi overweight dan obesitas pada anak di dunia mencapai hingga 6,7%, di Afrika mencapai 8,5% sedangkan di Asia mencapai 4,9%. Usia yang rentan terhadap kejadian obesitas adalah pubertas. Namun tidak menutup kemungkinan obesitas juga dapat terjadi pada anak usia sekolah, hal ini dapat dibuktikan berdasarkan data RISKESDAS prevalensi anak usia sekolah yang mengalami obesitas di dunia mencapai 33%. Obesitas pada usia anak sekolah sangat beresiko 1,8 kali menjadi obesitas pada masa dewasa. Dampak yang dapat ditimbulkan akibat obesitas pada anak antara lain, yaitu penurunan prestasi belajar dan dampak psikososial seperti kurang percaya diri dan menarik diri dari sosial. Obesitas pada anak ini ditimbulkan dari beberapa faktor antara lain keturunan atau genetic, asupan makanan, aktivitas fisik, riwayat makan, seperti pemberian ASI, berat badan lahir dan parental obesity. Salah satu untuk mencegah terjadinya obesitas pada anak usia sekolah adalah dengan pemberian ASI pada saat anak tersebut ketika bayi. Hal ini karena ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi yang mengandung semua zat gizi yang dibutuhkan oleh bayi serta immunologic yang melindungi bayi dari infeksi. Down Syndrome adalah suatu kondisi dimana materi genetic tambahan menyebabkan keterlambatan perkembangan anak, dan kadang mengacu pada retardasi mental. Kejadian Down Syndrome akan</p>	<p>Kegiatan Abdimas yang dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi atau penyuluhan mengenai pentingnya konsumsi makanan sehat dan aman sebagai upaya menurunkan resiko obesitas pada anak down syndrome. Materi yang akan disampaikan berupa penjelasan mengenai down syndrome meliputi patologi, kelainan kognitif dan fisik, faktor penyebab, ciri-ciri gejala, dan penanganan pada down syndrome, serta factor resiko obesitas pada anak down syndrome. Dalam materi resiko obesitas akan dijelaskan mengenai makanan yang diharuskan di konsumsi pada anak down syndrome dan makanan yang seharusnya dihindari pada anak down syndrome. Anak down syndrome pun diharuskan selalu aktif berkegiatan dan juga peningkatan kebersihan dan keamanan dalam pengolahan pangan serta lingkungan guna menunjang kesehatan anak yang menderita down syndrome. Adapun desain materi ini akan dibuatkan ke dalam buku saku untuk membantu proses sosialisasi.</p>

bertambah tinggi dengan bertambah usia ibu hamil pada wanita muda (< 25 tahun) insiden sangat rendah, tapi mungkin meningkat sangat muda (< 15 tahun). Resiko melahirkan bayi Down Syndrome akan meningkat pada wanita berusia > 30 tahun dan meningkat tajam pada usia > 40 tahun sekitar 60% janin Down Syndrome cenderung akan gugur dan 20% akan lahir mati (Faradz, 2004). Overweight maupun obesitas menjadi masalah gizi yang sering dicatat selama masa remaja dan awal masa dewasa bagi penyandang down syndrome (WHO, 2018). Penelitian potong lintang pada 95 penyandang down syndrome usia 90-40 tahun, menunjukkan bahwa pada anak usia 0-18 tahun sebanyak 47% memiliki status gizi overweight (Grigsby et al, 2017). Penelitian Rahmawati (2016) juga menunjukkan sebanyak 40% anak down syndrome mengalami obesitas. Penelitian Krause, et al 2016 menyebutkan prevalensi overweight pada remaja down syndrome sebesar 33,3% dan kelompok tersebut beresiko 3,21 kali lebih besar mengalami obesitas daripada penyandang disabilitas yang lain. Masalah obesitas pada penyandang down syndrome akan meningkatkan resiko terhadap masalah kesehatan yang lain. Esbense (2010) menjelaskan bahwa obesitas memiliki factor resiko yang tinggi untuk mengalami Obstructive Sleep Apnea (OSA) pada orang dewasa dengan down syndrome.

Metode

Kegiatan abdimas ini kami laksanakan dalam bentuk pelatihan penilaian status gizi untuk anak DS kepada pengasuh di Rumah Ceria. Sasaran (mitra) dalam proposal ini yaitu Rumah Ceria Down Syndrome by Potads. Mitra merupakan masyarakat yang tidak produktif secara ekonomi (masyarakat umum/biasa) yaitu para penyandang down syndrome. Namun, karena kendala peningkatan pandemi Covid-19 maka kegiatan yang sedianya akan dilakukan di Rumah Ceria menjadi kegiatan penyuluhan daring melalui platform Sahabat Gizi dengan perserta ibu dengan balita DS, umum, dan mahasiswa.



Rangkaian kegiatan abdimas ini berlangsung sejak bulan april 2019 dimulai dengan tahap persiapan yang meliputi kegiatan koordinasi antar anggota tim dan mengurus masalah administratif. Kegiatan utama abdimas yaitu sosialisasi pada pengasuh dan penialaian status gizi pada anak down syndrome rencananya akan dilakukan pada bukan Agustus 2020. Namun, karena pandemi Covid-19 dan terkendala Pembatasan Berskala Besar (PSBB) maka kegiatan yang sedianya dilakukan di Rumah Ceria maka dialihkan menggunakan system daring melalui platform Sahabat Gizi menggunakan aplikasi zoom. Kegiatan terbut dilaksanakan tanggal 30 Oktober 2020 jam 11.00 dengan peserta yaitu ibu dengan balita DS, umum, dan mahasiswa.

 <p>Skema LITABMAS Abdimas Unggulan Program Studi</p>	 <p>Ucapan terimakasih Terimakasih penulis ucapkan kepada Program Studi Ilmu Gizi dan Platform Sahabat Gizi untuk dukungannya dalam kegiatan ini.</p>
---	---

DAFTAR PUSTAKA

1. Persepsi Ibu, Guru dan Tenaga Kesehatan Tentang Obesitas Pada Anak Taman Kanak-Kanak, Dhyana Putri Sri dkk. Tahun 2011.
2. Perbedaan Tingkat Kecukupan Energi dan Aktivitas Fisik Pada Remaja Down Syndrome overweight dan non overweight, Fauziah Rizqi Diana, Wirjatmadi Bambang R. 2019.
3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Down Syndrome, Hajar Nur Rahmah. 2014
4. Pola Asuh Orangtua Dalam Upaya Pembentukan Kemandirian Anak Down Syndrome X Kelas D1/C1 Di SLB Negeri 2 Padang, Wiryadi Samiwasi Sri. 2011
5. Hubungan Riwayat Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Pada Anak, Saputri Liesma Ermy dan Syauqy Ahmad. 2014