

## Tranformasi Pusat Layanan Gizi Masyarakat UNP sebagai Layanan Terpadu Penyakit Sindrom Metabolik

*Transformation of the UNP Community Nutrition Service Center as an Integrated Service for Metabolic Syndrome Diseases*

Elsa Yuniarti<sup>1\*</sup>, Pudia M Indika<sup>2</sup>, Prima Minerva<sup>3</sup>, Linda Rosalina<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Universitas Negeri Padang, Indonesia

\*Correspondence e-mail; dr\_elsa@fmipa.unp.ac.id

### Article history

Submitted: 2023/04/16; Revised: 2023/06/18; Accepted: 2023/10/09

### Abstract

The primary aim of the community nutrition service center program is to promote a comprehensive provision of community nutrition services in the clinics of Padang State University. This service center receives support from nutrition experts within FMIPA, culinary experts from FPP, and professionals from FIK, all dedicated to serving the community. The execution of this initiative is overseen by a team of academicians closely affiliated with the program. The envisioned community nutrition service center aims to excel in delivering both individual and community-based clinical nutrition services. These service centers are aligned with various health service endeavors present in clinics, encompassing promotion, prevention, treatment, and rehabilitation. What sets this service center apart from primary healthcare facilities like "puskesmas" is the integrated support provided during counseling and service delivery, ensuring integrity. The key recipients of community nutrition services are children, adolescents, pregnant women, and the elderly. The diverse programs encompass services catering to infants, youth, pregnant women, the elderly, and pre-participation examinations. This clinic falls under the jurisdiction of the UNP Chancellor and is slated for development within the Center for Health Service Development. The aspiration is for the UNP clinic to advance in line with each faculty's expertise, contributing to the evolution of health services in alignment with their respective academic domains.

### Keywords

Nutrition; Promotion; Service Center; Transformation



© 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 International (CC BY SA) license, <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>.

## 1. PENDAHULUAN

Perkembangan globalisasi memengaruhi kehidupan sehari-hari, khususnya dalam aktivitas dan kebiasaan makan. Manfaat besar berasal dari kemudahan teknologi dan akses informasi bagi manusia, tetapi dapat mengakibatkan kecenderungan gaya hidup yang kurang aktif, lebih condong ke arah pola hidup yang minim aktivitas fisik atau kurang gerak. Makanan cepat saji dan tinggi kalori dapat menyebabkan munculnya epidemi global *overweight* dan obesitas, yang dapat menyebabkan seseorang menderita sindrom metabolik (Rohman, 2007).

Sindrom metabolik merupakan kombinasi kondisi-kondisi yang meningkatkan risiko penyakit metabolik dan kardiovaskular, termasuk resistensi insulin, obesitas, dislipidemia, dan hipertensi (Deedwania, 2004). Kriteria yang digunakan untuk mendiagnosisnya di Indonesia mengacu pada Kriteria WHO Asia Pasifik, yaitu Body Mass Index (BMI) = 25 kg/m<sup>2</sup> dan lingkar perut = 90 cm (pria) atau 80 cm (wanita). (Garizabalo-Davila et al., 2021).

Sindrom metabolik meningkatkan risiko penyakit kardiovaskular dibandingkan dengan mereka yang tidak memiliki sindrom metabolik. Menyebarnya obesitas dan resistensi insulin dapat memicu penyakit kardiovaskular, menjadikannya penyebab utama kematian pada beberapa negara (Kumari et al., 2019; Stein & Colditz, 2004).

Upaya pencegahan sindrom metabolik sejalan dengan tujuan pembangunan nasional, yaitu meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM) secara berkelanjutan dengan peningkatan status gizi yang optimal. Status gizi dipengaruhi oleh pola konsumsi makanan dan tingkat aktivitas fisik seseorang. Konsumsi makanan menjadi elemen kunci dalam memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuh. Zat gizi berperan sebagai sumber tenaga, mengatur metabolisme tubuh, memperbaiki jaringan, dan mempromosikan pertumbuhan. Pemilihan jenis makanan dan penentuan jumlah yang dikonsumsi dipengaruhi oleh pengetahuan gizi individu. Pengetahuan gizi merupakan aspek kognitif yang mencerminkan pemahaman tentang ilmu gizi, jenis zat gizi, serta interaksi antara zat gizi, dan status gizi serta kesehatan. Pemahaman mengenai gizi memengaruhi status gizi secara tidak langsung dan menjadi dasar untuk menetapkan pola konsumsi makanan yang tepat. (Candra, 2020.; Handayani et al., 2018).

Sebagai institusi pendidikan tinggi di Kota Padang, Universitas Negeri Padang (UNP) memulai Pusat Layanan Gizi Masyarakat UNP sebagai manifestasi dari Tridharma Perguruan Tinggi, yang mencakup pengabdian kepada masyarakat dan pengembangan sumber daya. Ruang lingkup pelayanan gizi masyarakat ini dari anak, remaja, dewasa, ibu hamil, dan usia lanjut. Keunggulan layanan gizi masyarakat ini

adalah terintegrasi dengan Puskesmas, ahli gizi, Laboratorium Biologi FMIPA dan Tata Boga FPP yang dapat menjalankan fungsi dalam pengembangan keilmuan.

Pusat layanan gizi masyarakat akan membantu program-program pemerintah dibawah kementerian kesehatan melalui pendekatan ilmu gizi. Dengan membuka pintu peluang usaha baru, ini menciptakan lapangan kerja bagi mahasiswa yang ingin terlibat dan memiliki kompetensi di bidang tersebut.

Yunola et al., (2020) dalam hasil penelitiannya terhadap gizi balita menyatakan, gizi sangat penting untuk keluarga karena dapat mempengaruhi kesejahteraan dan perkembangan anggota keluarga, terutama anak-anak. Kekurangan asupan gizi dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, serta spiritual pada bayi dan anak balita. Oleh karena itu, penting bagi keluarga untuk memastikan pemenuhan kebutuhan nutrisi yang optimal dan seimbang bagi semua anggota keluarga. Pelayanan gizi sangat penting untuk memastikan kesehatan dan perkembangan anak. Pelayanan gizi yang baik dapat membantu mencegah masalah gizi seperti kekurangan gizi atau obesitas (Febrian & Yusran, 2021; Sulastri & Mustikaningrum, 2023).

Pelayanan gizi yang ada saat ini sangat terfokus pada pelayanan gizi pada anak dan balita dalam mendukung program pemerintah pencegahan stunting. Berdasarkan hal tersebut, transformasi pusat layanan gizi masyarakat unp sebagai layanan terpadu penyakit sindrom metabolik ini ditarget untuk semua cakupan umur demi memenuhi layan gizi masyarakat dan pencegahan dan edukasi terhadap penyakit sindrom metabolik.

## **2. METODE**

Pelaksanaannya mengadopsi metode pendekatan bertahap, diawali dengan tahap eksplorasi ke instansi-instansi pemerintahan dan swasta. Selanjutnya, tahap kedua melibatkan pengenalan pusat layanan gizi masyarakat kepada masyarakat di sekitarnya, klinik, atau puskesmas terdekat. Pada tahap ketiga, dilakukan penyuluhan gizi dan penyusunan menu makanan sehat bagi masyarakat dari berbagai kelompok usia dan kondisi kesehatan.

### **2.1. Tahap Penjajakan**

- Identifikasi instansi-instansi pemerintahan dan swasta yang relevan dengan penelitian.
- Mengumpulkan data tentang kebutuhan dan tantangan yang dihadapi oleh instansi-instansi tersebut dalam hal gizi dan kesehatan masyarakat.

- Melakukan wawancara, survei, atau evaluasi dokumen guna mendapatkan pemahaman mendalam mengenai situasi saat ini.

## **2.2. Tahap Pengenalan Pusat Layanan Gizi Masyarakat**

- Mengembangkan strategi komunikasi dan promosi untuk memperkenalkan pusat layanan gizi masyarakat kepada masyarakat sekitar, klinik, dan puskesmas.
- Mengadakan pertemuan, diskusi, atau lokakarya untuk memperkenalkan layanan yang ditawarkan oleh pusat layanan gizi masyarakat.
- Mengumpulkan tanggapan dan umpan balik dari masyarakat terkait kebutuhan mereka dalam hal gizi dan kesehatan.

## **2.3. Tahap Penyuluhan Gizi dan Pembuatan Menu Makanan Sehat**

- Mengembangkan program penyuluhan gizi yang sesuai dengan kebutuhan masyarakat umum dari berbagai macam usia dan masalah pada kesehatan.
- Mengadakan sesi penyuluhan gizi dengan menggunakan metode yang interaktif dan partisipatif.
- Membuat menu makanan sehat yang disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat yang telah diidentifikasi sebelumnya.
- Menilai tingkat pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat sebelum dan setelah penyuluhan sebagai evaluasi terhadap efek program.

## **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Tahap pertama dalam pelaksanaan program yang dirancang adalah dengan melakukan peninjauan pada instansi-instansi terkait. Instansi yang pertama adalah Puskesmas Air Tawar, dalam hal ini melakukan kerjasama terkait dengan promosi program kesehatan yang akan dilakukan. Instansi kedua yang dituju adalah Klinik Pratama UNP, untuk sebagai kerja sama dalam sarana dan prasarana pelaksanaan konsultasi gizi dan pembuatan menu makan sehat.

Program pusat layanan gizi masyarakat UNP yang sudah dilakukan, dapat dilihat pada dokumentasi Gambar 1.



**Gambar 1.** Pelayanan konsultasi gizi



**Gambar 2.** Pembuatan menu makanan sehat oleh Tim Ahli Tata Boga

Tujuan utama dalam program pusat layanan gizi masyarakat adalah mendorong klinik Universitas Negeri Padang dapat melakukan pelayanan gizi masyarakat secara holistik. Pusat layanan ini diberdayakan dengan pengetahuan gizi yang bersumber dari Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Fakultas Pariwisata Perhotelan, serta Fakultas Ilmu Keolahragaan, dengan tujuan pelayanan kepada masyarakat. Kegiatan ini pelaksanaannya dikelola oleh kelompok dosen yang secara keilmuan memiliki hubungan erat dengan program yang akan dibuat. Pengusulan pusat layanan gizi masyarakat diharapkan berkembang secara baik dalam memberikan pelayanan perorangan dan masyarakat dengan berbasis ilmu gizi klinik. Pusat layanan gizi masyarakat berorientasi pada upaya pelayanan kesehatan lainnya yang terdapat pada klinik yaitu promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif.

Keunggulan pusat layanan ini dibandingkan dengan fasilitas kesehatan tingkat pertama yang lain seperti puskesmas adalah pelayanan yang diberikan didampingi di lapangan saat melakukan penyuluhan dan penyediaan sebagai suatu integritas pelayanan jasa. Sasaran utama pelayanan gizi masyarakat adalah anak, remaja, ibu hamil dan usia lanjut. Program yang dilakukan meliputi program layanan jasa gizi bagi bayi dan balita, layanan jasa gizi bagi remaja, layanan jasa gizi bagi ibu hamil,

layanan jasa gizi bagi lanjut usia dan pemeriksaan pra partisipasi.

Penjajakan instansi-instansi terkait sebagai stakeholder dalam pengembangan pusat layanan gizi masyarakat UNP, dapat membantu dalam layanan gizi serta meningkatkan promosi kesehatan mencakup seluruh masyarakat sekitar.

Pusat layanan gizi masyarakat UNP melakukan penyuluhan gizi dalam bentuk konsultasi guna meningkatkan pengetahuan masyarakat akan pemenuhan gizi yang baik, guna pencegahan penyakit sindrom metabolik kedepannya. Pusat layanan gizi masyarakat UNP memberikan edukasi dan konseling gizi kepada individu dan kelompok masyarakat. Edukasi ini mencakup pemahaman tentang pentingnya makanan sehat, pola makan seimbang, manajemen berat badan, dan pengendalian kadar gula darah serta profil lipid. Konseling gizi yang terpadu membantu masyarakat dalam mengadopsi gaya hidup sehat dan perubahan kecil dalam pola makan mereka.

Demo pembuatan makanan sehat sesuai dengan pedoman pemenuhan gizi oleh Tim Ahli Tata Boga FPP UNP dengan tujuan membantu pemenuhan gizi masyarakat. Prinsip penanganan sindrom metabolik adalah mengubah gaya hidup melalui peningkatan aktivitas fisik dan diet dengan asupan garam, lemak jenuh, serta kandungan tinggi sayur dan buah. Tujuannya adalah untuk mengurangi berat badan, memperbaiki resistensi insulin, menurunkan tingkat trigliserida (TG), serta meningkatkan high-density lipoprotein (HDL) atau yang dikenal sebagai kolesterol baik. (Rohman, 2007).

Pusat Layanan Gizi memiliki peran krusial dalam memberikan edukasi tentang sindrom metabolik kepada masyarakat. Pusat Layanan Gizi memiliki sumber daya dan pengetahuan yang mendalam tentang gizi dan kesehatan. Dapat memberikan informasi yang akurat dan terkini tentang faktor risiko, gejala, dan komplikasi sindrom metabolik kepada masyarakat. Edukasi yang disampaikan oleh pusat layanan gizi memberikan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya pencegahan, pengelolaan, dan pengendalian sindrom metabolik (Wijayanti, 2018).

Pusat Layanan Gizi dapat menyediakan pendekatan terpadu dalam edukasi tentang sindrom metabolik. Bisa melakukan penilaian personal terhadap individu-individu yang memiliki risiko atau telah menerima diagnosis sindrom metabolik, dan menyarankan tindakan yang sesuai dengan situasi mereka. Pendekatan edukasi yang disesuaikan ini memungkinkan penyampaian informasi yang lebih tepat dan bisa diterapkan secara efektif dalam rutinitas keseharian (Widhiyastuti et al., 2022).

Pusat Layanan Gizi membantu dalam pembuatan rencana makan yang sehat dan sesuai dengan kondisi sindrom metabolik. Dapat memberikan panduan tentang

komposisi nutrisi yang tepat, pilihan makanan yang sehat, serta memberikan saran dan tips praktis untuk mengadopsi pola makan yang mendukung pengelolaan dan pencegahan sindrom metabolik. Edukasi ini membantu individu dalam mengelola berat badan, mempertahankan kadar gula darah dan lipid yang sehat, serta mengendalikan tekanan darah (Candra, 2020.; Syahputra, 2022).

Pusat Layanan Gizi dapat memberikan dukungan dan pemantauan jangka panjang kepada individu dengan sindrom metabolik. Edukasi yang berkelanjutan dan pemantauan yang teratur membantu individu dalam menjaga motivasi, memantau perkembangan kesehatan, dan mengatasi tantangan yang mungkin muncul selama perjalanan pengelolaan sindrom metabolik (Orno et al., 2022).

Penelitian oleh Syahrial et al., (2023) mengenai edukasi gizi untuk mencegah osteoporosis pada lansia di Kota Padang, menyatakan dalam hasil penelitiannya bahwa pelayanan gizi sangat penting dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup seseorang. Melalui pelayanan gizi, individu dapat memperoleh informasi dan edukasi mengenai pola makan yang seimbang, nutrisi yang dibutuhkan tubuh, serta cara menjaga berat badan yang ideal. Pelayanan gizi juga membantu dalam mencegah dan mengatasi masalah gizi seperti kekurangan gizi, obesitas, dan penyakit terkait gizi lainnya. Tidak hanya itu, pelayanan gizi juga mampu memberikan pendampingan dan panduan kepada individu untuk mengadopsi gaya hidup sehat, termasuk pola makan sehat dan rutin berolahraga. Melalui pelayanan gizi yang memadai, diinginkan agar masyarakat memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk merawat kesehatan dan mencegah masalah gizi.

#### **4. KESIMPULAN**

Berdasarkan kegiatan yang dihadirkan oleh pusat layanan gizi masyarakat diantaranya, sudah dilakukan eksplorasi kerjasama dengan pihak stakeholder untuk mengenalkan layanan yang diandalkan, sudah adanya pengenalan layanan kepada masyarakat umum di kota Padang, dan memaksimalkan promosi yang dilakukan bersama stakeholder terkait. Kelemahan dari penelitian pengabdian ini termasuk keterbatasan sumber daya, seperti waktu dan anggaran, yang dapat memengaruhi kedalaman analisis dan implementasi dari transformasi Pusat Layanan Gizi Masyarakat UNP menjadi Layanan Terpadu Penyakit Sindrom Metabolik. Selain itu, evaluasi dampak jangka panjang dari transformasi ini mungkin belum dapat dilakukan dengan baik dalam jangka waktu yang terbatas, sehingga sulit untuk mengukur keberhasilan dan efektivitasnya secara menyeluruh. Rekomendasi untuk penelitian selanjutnya

adalah dapat melibatkan kolaborasi dengan lembaga kesehatan terkait dan melibatkan lebih banyak pemangku kepentingan, seperti pasien, dokter, dan peneliti lainnya, untuk mendapatkan pandangan yang lebih komprehensif. Selain itu, penelitian lebih lanjut dapat mempertimbangkan aspek sosial dan ekonomi yang lebih luas yang memengaruhi penyakit sindrom metabolik, dan bagaimana transformasi ini dapat berkontribusi pada perbaikan dalam konteks ini.

## REFERENSI

- Candra, A. (2020). Pengetahuan Gizi Dan Kejadian Sindrom Metabolik Pada Lansia Di Kelurahan Jomblang Kota Semarang. *JNH (Journal of Nutrition and Health)*, 7(1), 24–32.
- Deedwania, P. C. (2004). Metabolic syndrome and vascular disease: is nature or nurture leading the new epidemic of cardiovascular disease? *Circulation*, 109(1), 2–4.
- Febrian, F., & Yusran, R. (2021). Koordinasi dalam implementasi kebijakan pencegahan stunting di Kota padang. *Jurnal Manajemen Dan Ilmu Administrasi Publik (JMIAP)*, 3(1), 11–21.
- Garizabalo-Davila, C. M., Rodríguez-Acelas, A. L., Mattiello, R., & Canon-Montanez, W. (2021). Social Support Intervention for Self-Management of Type 2 Diabetes Mellitus: Study Protocol for a Randomized Controlled Trial. *Open Access Journal of Clinical Trials*, 13, 37–43.
- Handayani, D., Astutik, P., Nurwati, Y., & Mahar, M. A. (2018). Efektifitas Penatalaksanaan Proses Asuhan Gizi Terstandar terhadap Perbaikan Asupan Pasien Sindrom Metabolik di RSUD Sidoarjo. *Jurnal Gizi*, 7(1).
- Kumari, R., Kumar, S., & Kant, R. (2019). An update on metabolic syndrome: Metabolic risk markers and adipokines in the development of metabolic syndrome. *Diabetes & Metabolic Syndrome: Clinical Research & Reviews*, 13(4), 2409–2417.
- Orno, T. G., Madiuw, D., & Siauta, V. A. (2022). Edukasi dan Deteksi Dini Sindrom Metabolik pada Masyarakat Desa Waai Kecamatan Salahutu. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(1), 1–6.
- Rohman, M. S. (2007). Patogenesis dan terapi sindroma metabolik. *Indonesian Journal of Cardiology*, 160–168.
- Stein, C. J., & Colditz, G. A. (2004). The epidemic of obesity. *The Journal of Clinical Endocrinology & Metabolism*, 89(6), 2522–2525.
- Sulastri, S., & Mustikaningrum, A. C. (2023). Penyuluhan Gizi Anak Sekolah” Pelayanan Gizi Dan Tumbuh Kembang Anak” Sd Purin Muhammadiyah Kendal. *Abdi Surya Muda*, 2(1), 21–28.
- Syahputra, M. B. (2022). Edukasi Sindrom Metabolik: SIndrom Metabolik. *Pengabdian*

*Deli Sumatera, 1(2).*

Syahrial, S., Helmizar, H., & Fitri, S. N. (2023). Edukasi Gizi dalam Upaya Pencegahan Osteoporosis pada Lansia di Kota Padang. *Warta Pengabdian Andalas, 30(1)*, 1–7.

Widhiyastuti, E., Harningsih, T., Livana, P. H., & Wulaningsih, I. (2022). Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Edukasi Masyarakat tentang Penyakit Tidak Menular Sindrom Metabolik. *Jurnal Peduli Masyarakat, 4(3)*, 393–398.

Wijayanti, E. (2018). Pelayanan Komprehensif Terhadap Seorang Penderita Sindrom Metabolik dan Keluarga: Studi Kasus. *Jurnal Kedokteran YARSI, 26(2)*, 107–111.

Yunola, S., Bachtiar, H., & Basyir, V. (2020). Hubungan Kunjungan Posyandu Terintegrasi PAUD dengan Status Gizi dan Kemampuan Berbahasa pada Anak Balita Usia 4-5 Tahun di Wilayah Kerja Puskesmas PAUH Kota Padang Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Andalas, 8(4)*.