

Gizi Anak Usia Sekolah: Pengaruh COVID-19 dan Peluang untuk Memperkuat Aspek Gizi melalui UKS/M di Indonesia*



Latar belakang

Sebelum pandemi COVID-19, anak-anak Indonesia usia 5 hingga 11 tahun telah mengalami tiga beban malnutrisi. Beberapa studi sebelumnya menunjukkan adanya peningkatan risiko malnutrisi di kalangan anak usia sekolah selama pandemi akibat berkurangnya kemampuan keluarga untuk memenuhi kebutuhan asupan gizi anak, dan meningkatnya risiko kenaikan berat badan pada anak karena konsumsi makanan berkalori tinggi dan *screen time* yang meningkat. Ketika sekolah secara bertahap mulai dibuka kembali pada September 2021, peran program Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M) dipandang semakin penting dalam menanamkan kebiasaan hidup sehat yang diperlukan siswa guna mencapai pendidikan dan hasil pembelajaran yang berkualitas.

Metode



Kabupaten Lampung Utara, Pasuruan dan Kupang



Maret 2022 (di tiga kabupaten), April–Juli 2022 (pemangku kepentingan tingkat nasional)



Lolos Kaji Etik diperoleh dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia

Kegiatan di Tiga Kabupaten



Survei, 660 siswa kelas 4-6



Diskusi kelompok terarah, guru wali kelas, guru UKS/M, anak sekolah



Wawancara mendalam, Kepala sekolah, orang tua, puskesmas, TP UKS/M



Observasi, Kantin sekolah/penjaja makanan di luar sekolah, materi edukasi gizi

Pemangku Kepentingan Tingkat Nasional



Wawancara mendalam, TP UKS/M Pusat, kementerian/lembaga terkait



Kajian dokumen, kebijakan, rencana strategis, panduan/pedoman program

Hasil

Tujuan 1:

Mengetahui pengaruh penutupan sekolah terhadap pola, pengetahuan, dan praktik konsumsi makan anak usia sekolah di Indonesia

Temuan Kunci 1

Pandemi COVID-19 memicu peningkatan frekuensi konsumsi karbohidrat dan sayur, dan penurunan frekuensi konsumsi pangan hewani dan buah pada siswa.

Temuan Kunci 2

Selama pandemi, frekuensi konsumsi makanan dan minuman yang kurang sehat pada siswa tergolong (relatif) tinggi.

Temuan Kunci 3

Siswa memiliki pengetahuan gizi yang kurang memadai tentang praktik pola makan yang baik khususnya sarapan dan keragaman pangan.

Tujuan 2:

Mengidentifikasi kebijakan dan program yang menjamin praktik konsumsi makan yang baik pada anak usia sekolah karena sekolah mulai dibuka kembali untuk pembelajaran tatap muka

Temuan Kunci 4

Berbagai kebijakan dan program nasional telah mencakup topik gizi anak usia sekolah, tetapi tidak terlalu membahas tentang pentingnya kualitas makanan dan kurang menekankan pendekatan berbasis keluarga. Kebijakan dan program ini tidak disosialisasikan dengan baik dan kurang dipahami oleh pemangku kepentingan di daerah. Namun, adanya RAN PIJAR yang baru diluncurkan diharapkan dapat mendukung upaya pelaksanaan program gizi.

Temuan Kunci 5

Pelaksanaan UKS/M menghadapi banyak hambatan dan kurang fokus pada komponen gizi.

Tujuan 3:

Menggali kesesuaian dan efektivitas edukasi gizi yang ada saat ini untuk menjaga dan mempromosikan praktik konsumsi makan sehat pada anak usia sekolah dalam konteks pandemi COVID-19

Temuan Kunci 6

Edukasi gizi tidak dilaksanakan secara sistematis, tetapi beberapa kegiatan edukasi yang dilaksanakan relevan dengan permasalahan gizi yang ada. Meskipun demikian, isu tentang adanya makanan yang kurang sehat yang dijual oleh penjaja makanan belum dibahas.

Temuan Kunci 7

Pihak sekolah dan orang tua memahami peran mereka dalam mendukung praktik konsumsi makan yang baik pada anak, tetapi mereka menganggap pengetahuan gizi mereka tidak memadai.

Tujuan 4:

Merekomendasikan opsi strategis dan jalur perubahan yang dapat menjadi katalis untuk program UKS/M yang lebih baik dan adaptif dalam konteks pandemi COVID-19 dan bencana lainnya

Temuan Kunci 8

Pemangku kepentingan UKS/M mengusulkan opsi strategis untuk meningkatkan edukasi gizi melalui UKS/M, termasuk memprioritaskan aspek gizi, peningkatan kesadaran, peningkatan kapasitas, dan pemantauan. Beberapa tantangan terlihat masih sebagai penghalang.

Gizi Anak Usia Sekolah: Pengaruh COVID-19 dan Peluang untuk Memperkuat Aspek Gizi melalui UKS/M di Indonesia*



Kesimpulan dan Rekomendasi



Tujuan 1

Mengetahui pengaruh penutupan sekolah terhadap pola, pengetahuan, dan praktik konsumsi makan anak usia sekolah di Indonesia

Kesimpulan

Selama pandemi COVID-19, frekuensi siswa yang mengonsumsi buah dan protein hewani menurun, sementara frekuensi konsumsi sayur, pangan sumber karbohidrat, dan kebiasaan sarapan meningkat, terutama di daerah perkotaan.

Rekomendasi

- Menjamin terwujudnya lingkungan pangan yang sehat di dalam dan di sekitar sekolah/madrasah dengan cara meningkatkan pengetahuan dan keterampilan penjaja makanan.
- Memperkuat pengukuran dan pemantauan terhadap makanan/minuman yang dijual oleh penjaja makanan dengan menambahkan indikator kandungan gizi dan keamanan pangan dari makanan yang dijual.



Tujuan 3

Mengali kesesuaian dan efektivitas edukasi gizi yang ada saat ini untuk menjaga dan mempromosikan praktik konsumsi makan sehat pada anak usia sekolah dalam konteks pandemi COVID-19

Kesimpulan

- Walaupun edukasi gizi belum dilakukan secara terstruktur seperti yang diharapkan, pendidikan gizi yang telah dilaksanakan di sekolah/madrasah sudah sesuai dengan kesenjangan pengetahuan dan praktik siswa terkait gizi.
- Orang tua dan sekolah siap melaksanakan peran mereka untuk mendukung praktik pola makan anak tetapi mereka merasa belum memiliki pengetahuan dan sumber informasi yang cukup terkait gizi.

Rekomendasi

- Meningkatkan kesadaran, kapasitas, pendampingan, dan akses terhadap informasi gizi bagi pemangku kepentingan di tingkat kabupaten, sekolah, dan orang tua guna meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam memfasilitasi edukasi gizi bagi anak usia sekolah.
- Memperkuat peran Komite Sekolah dalam kegiatan edukasi gizi di sekolah/madrasah.



Tujuan 2

Mengidentifikasi kebijakan dan program yang menjamin praktik konsumsi makan yang baik pada anak usia sekolah karena sekolah mulai dibuka kembali untuk pembelajaran tatap muka

Kesimpulan

- Gizi anak usia sekolah jarang dijadikan prioritas dan dipantau.
- Pelaksanaan UKS/M masih terbatas dan selama pandemi fokus utamanya pada kegiatan cuci tangan.
- Satu dari Trias UKS/M mencakup edukasi gizi dan praktik konsumsi makan yang baik, tetapi pelaksanaan edukasi gizi di sekolah/madrasah belum terstruktur dan terencana.

Rekomendasi

- Mendukung kerangka kebijakan nasional yang sudah ada dengan mengeluarkan kebijakan/peraturan daerah untuk memperoleh komitmen yang lebih baik.
- Membangun sistem informasi UKS/M untuk berbagi informasi, praktik baik terkait kebijakan, pedoman program, dan bahan pembelajaran untuk semua pemangku kepentingan UKS/M di tingkat daerah.
- Memperkuat pemantauan dan evaluasi program UKS/M dengan melaksanakan pengukuran di tingkat individu (status gizi dan praktik konsumsi makan anak usia sekolah) dan di tingkat institusi/satuan pendidikan (stratifikasi UKS/M).



Tujuan 4

Merekomendasikan opsi strategis dan jalur perubahan yang dapat menjadi katalis untuk program UKS/M yang lebih baik dan adaptif dalam konteks pandemi COVID-19 dan bencana lainnya

Kesimpulan

- Strategi yang diusulkan terdiri dari memprioritaskan gizi anak usia sekolah, peningkatan kapasitas, peningkatan kesadaran, pemantauan, dan penajakan alternatif lain.
- Tantangan yang dihadapi terdiri dari keterbatasan sumber daya, pergantian staf, edukasi gizi yang belum menjadi kegiatan wajib, terbatasnya keterlibatan orang tua, dan kurangnya minat siswa terhadap isu gizi.

Rekomendasi

- Ada kebutuhan untuk mengarusutamakan strategi yang diusulkan dengan kebijakan dan program yang ada di tingkat nasional dan daerah untuk menyoroti aspek gizi dalam UKS/M.
- Agar mendapatkan intervensi yang komprehensif, pendekatan berbasis keluarga harus disertakan selain penguatan terhadap pendekatan berbasis sekolah yang sudah ada.

*WFP melibatkan SEAMEO RECFON untuk melakukan studi ini pada tahun 2022 dengan dukungan finansial dari Cargill.

Gizi Anak Usia Sekolah: Pengaruh COVID-19 dan Peluang untuk Memperkuat Aspek Gizi melalui UKS/M di Indonesia*



Tujuan 1*

Mengetahui pengaruh penutupan sekolah terhadap pola, pengetahuan, dan praktik konsumsi makan anak usia sekolah di Indonesia

Temuan Kunci 1

Pandemi COVID-19 memicu peningkatan frekuensi konsumsi karbohidrat dan sayur, dan penurunan frekuensi konsumsi pangan hewani dan buah pada siswa.



Frekuensi konsumsi karbohidrat dan sayur meningkat



Frekuensi konsumsi makanan sumber pangan hewani dan buah-buahan menurun

Faktor Pemicu



Peningkatan perhatian terhadap kesehatan dan gizi selama masa pandemi



Implementasi Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM)



Pendapatan rumah tangga berkurang



Skema pembelajaran yang berbeda

Strategi Koping oleh Orang Tua



Memprioritaskan konsumsi makan anak



Menanam sayur-sayuran untuk konsumsi keluarga

Temuan Kunci 2

Selama pandemi, frekuensi konsumsi makanan dan minuman yang kurang sehat pada siswa tergolong (relatif) tinggi.



Konsumsi minuman manis meningkat, tetapi konsumsi kudapan asin dan mi instan menurun.



Hampir 40% siswa mengonsumsi minuman manis dan sekitar 25% siswa mengonsumsi keripik asin selama 4-7 hari dalam seminggu.

Faktor Pemicu



Lebih lama tinggal di rumah



Pengaruh teman sebaya dan aturan orang tua agar tetap sehat

Hambatan



Kesukaan anak pada minuman manis



Dijual dimana-mana



Uang saku disediakan orang tua

Temuan Kunci 3

Siswa memiliki pengetahuan gizi yang kurang memadai tentang praktik pola makan yang baik khususnya sarapan dan keragaman pangan.



Pengetahuan yang sangat kurang bahwa melewatkan sarapan adalah tidak baik dan sayuran tidak dapat digantikan dengan buah-buahan



Ketidaktahuan siswa tentang konsep Gizi Seimbang dan Isi Piringku

"*Gizi Seimbang* sesuai fisik anak, tidak terlalu gemuk dan juga tidak kurus, belum pernah dengar *Isi Piringku*. Makanan dengan gizi yang baik sesuai dengan *4 Sehat 5 Sempurna* dengan buah dan sayur."

Ibu, Pasuruan (perkotaan)

"Tidak yakin (apa itu *Isi Piringku*); yang penting ada nasi sama sayur, ditambah daging atau ikan kalau uangnya cukup."

Ayah, Kupang (pedesaan)

"*Isi Piringku* terdiri dari anjuran minum susu, makan sayur, *4 Sehat 5 Sempurna*."

Siswa laki-laki, Pasuruan (perkotaan)

*Studi ini memiliki empat tujuan yang disajikan dalam empat infografis terpisah.

Gizi Anak Usia Sekolah: Pengaruh COVID-19 dan Peluang untuk Memperkuat Aspek Gizi melalui UKS/M di Indonesia*



Tujuan 2*

Mengidentifikasi kebijakan dan program yang menjamin praktik konsumsi makan yang baik pada anak usia sekolah karena sekolah mulai dibuka kembali untuk pembelajaran tatap muka

Temuan Kunci 4

Berbagai kebijakan dan program nasional telah mencakup topik gizi anak usia sekolah, tetapi tidak terlalu membahas tentang pentingnya kualitas makanan dan kurang menekankan pendekatan berbasis keluarga. Kebijakan dan program ini tidak disosialisasikan dengan baik dan kurang dipahami oleh pemangku kepentingan di daerah. Namun, adanya RAN PIJAR yang baru diluncurkan diharapkan dapat mendukung upaya pelaksanaan program gizi.



UKS/M diakui sebagai "program payung" untuk anak usia sekolah dengan konten gizi yang cukup.

RAN PIJAR dan Kampanye Sekolah Sehat menjadi kebijakan dan program yang potensial untuk peningkatan kesehatan dan gizi baik melalui intervensi gizi berbasis sekolah maupun berbasis keluarga.

Analisis Kesenjangan Kebijakan yang Ada



Anak usia sekolah belum menjadi kelompok sasaran prioritas dalam intervensi gizi.



Regulasi, kebijakan dan strategi pemerintah untuk anak usia sekolah terkait lingkungan pangan berfokus pada keamanan pangan, kebersihan dan sanitasi dengan muatan terbatas pada kualitas pangan.



Kesadaran tentang kebijakan, strategi dan program termasuk koordinasi di tingkat pusat dan daerah masih menjadi tantangan.

Temuan Kunci 5

Pelaksanaan UKS/M menghadapi banyak hambatan dan kurang fokus pada komponen gizi.



Pelaksanaan program UKS/M belum terfokus pada gizi tetapi lebih pada fasilitas dan praktik cuci tangan.



Lingkungan pangan yang kurang mendukung di sekolah (kantin dan penjaja makanan).



Belum tersedianya data praktik konsumsi makan pada anak sekolah.



Kurangnya akses dan penggunaan hasil skrining kesehatan.



Kurangnya sumber daya, pembinaan, kejelasan tanggung jawab dan koordinasi.

*Studi ini memiliki empat tujuan yang disajikan dalam empat infografis terpisah.

Gizi Anak Usia Sekolah: Pengaruh COVID-19 dan Peluang untuk Memperkuat Aspek Gizi melalui UKS/M di Indonesia*



Tujuan 3*

Menggali kesesuaian dan efektivitas edukasi gizi yang ada saat ini untuk menjaga dan mempromosikan praktik konsumsi makan sehat pada anak usia sekolah dalam konteks pandemi COVID-19

Temuan Kunci 6

Edukasi gizi tidak dilaksanakan secara sistematis, tetapi beberapa kegiatan edukasi yang dilaksanakan relevan dengan permasalahan gizi yang ada. Meskipun demikian, isu tentang adanya makanan yang kurang sehat yang dijual oleh penjual makanan belum dibahas.



Sebagian besar sekolah belum mengikuti juknis UKS/M terkait gizi sehingga pelaksanaannya belum sistematis.



Edukasi gizi telah dilakukan (termasuk di bawah protokol COVID-19).



Kemudahan akses siswa terhadap makanan kurang sehat di sekitar sekolah menjadi hambatan dalam peningkatan perilaku gizi yang tidak dapat diatasi oleh orang tua dan sekolah.

Efektifitas Kegiatan Edukasi Gizi di Sekolah menurut Sekolah dan Orang Tua



Terus mendorong dan mengingatkan siswa tentang gizi seimbang dan praktik konsumsi makan yang baik



Mempromosikan makanan sehat dan pola hidup sehat di sekolah melalui acara sekolah yang dilengkapi dengan makan bersama



Memasang poster di sekolah



Menentukan satu hari khusus untuk kegiatan yang berhubungan dengan gizi



Mengintegrasikan praktik gizi seimbang ke dalam mata pelajaran sekolah



Menyebarkan informasi gizi

Temuan Kunci 7

Pihak sekolah dan orang tua memahami peran mereka dalam mendukung praktik konsumsi makan yang baik pada anak, tetapi mereka menganggap pengetahuan gizi mereka tidak memadai.



Kurangnya pengetahuan gizi orang tua disebabkan oleh kurangnya intensitas dan kualitas penyampaian pesan-pesan gizi serta kurangnya minat untuk mencari informasi.



Guru mengakui peran mereka dalam edukasi gizi, dan beberapa guru telah mulai menyampaikannya, tetapi mereka membutuhkan lebih banyak panduan untuk pendekatan yang lebih komprehensif.



Peran Komite Sekolah dalam pendidikan gizi hampir belum ada, padahal pedoman yang tersedia memberikan mereka kesempatan untuk terlibat.

Sumber Informasi Gizi Orang Tua



Televisi



Bahan cetakan (poster, flipchart, flyer) di puskesmas



Orang lain dengan latar belakang pendidikan kesehatan



Internet (Google dan YouTube)



Media sosial



Pertemuan organisasi PKK



Ibu-ibu tetangga

Sumber Informasi Gizi Guru



Internet (Google dan YouTube)



Media sosial



Materi pembelajaran



Rapat-rapat resmi



Mantan guru UKS/M



Pertemuan teknis dari pemerintah daerah

Sikap Orang Tua dan Sekolah terhadap Gizi Anak Sekolah Dasar



Orang tua dan guru mengetahui peran dan tanggung jawab mereka.



Orang tua memerlukan pesan gizi yang lebih sering dan berkualitas tinggi.



Guru membutuhkan lebih banyak panduan edukasi gizi yang komprehensif.



Komite Sekolah kurang berperan dalam edukasi gizi meskipun panduan yang ada mendorong keterlibatan mereka.

*Studi ini memiliki empat tujuan yang disajikan dalam empat infografis terpisah.

Gizi Anak Usia Sekolah: Pengaruh COVID-19 dan Peluang untuk Memperkuat Aspek Gizi melalui UKS/M di Indonesia*



Tujuan 4*

Merekomendasikan opsi strategis dan jalur perubahan yang dapat menjadi katalis untuk program UKS/M yang lebih baik dan adaptif dalam konteks pandemi COVID-19 dan bencana lainnya

Temuan Kunci 8

Pemangku kepentingan UKS/M mengusulkan opsi strategis untuk meningkatkan edukasi gizi melalui UKS/M, termasuk memprioritaskan aspek gizi, peningkatan kesadaran, peningkatan kapasitas, dan pemantauan. Beberapa tantangan terlihat masih sebagai penghalang.

Usulan Opsi Strategis untuk UKS/M agar Edukasi Gizi Meningkat



Gizi anak usia sekolah menjadi program prioritas

- Diperlukan intervensi gizi sebagai tindak lanjut dari penjangkaran kesehatan reguler
- Rekomendasi resmi dari pemerintah kabupaten



Peningkatan kesadaran program UKS/M secara intensif dan masif kepada seluruh pemangku kepentingan utama di pusat dan daerah

- Pembelajaran dan diseminasi praktik terbaik
- Kegiatan perencanaan anggaran yang efisien



Membangun kapasitas berbagai pemangku kepentingan tentang edukasi gizi bagi anak usia sekolah

- Kepemimpinan dan manajemen berbasis sekolah (untuk kepala sekolah), ketrampilan fasilitasi tentang gizi (untuk guru), gizi untuk anak usia sekolah (untuk orang tua)
- Website UKS/M sebagai salah satu sumber informasi gizi



Memperkuat pemantauan dan evaluasi program UKS/M

- Penilaian mandiri stratifikasi UKS/M oleh sekolah, diikuti dengan apresiasi yang sesuai
- Pemantauan bersama oleh pejabat tinggi dari berbagai sektor

Jalur Perubahan



Menyelenggarakan edukasi gizi tidak hanya sebagai bagian dari program UKS/M tetapi juga di bawah "program pendidikan karakter" karena pola hidup sehat merupakan bagian dari kepribadian dan karakter anak.



Mengintegrasikan edukasi gizi pada mata pelajaran lain, seperti kebun sekolah pada lahan yang tersedia di sekolah, dan menggunakan pengeras suara untuk sosialisasi informasi gizi secara rutin sebelum jam istirahat kelas.

Rekomendasi



Strategi yang diusulkan perlu diselaraskan dengan kebijakan dan program yang ada di tingkat nasional dan daerah untuk menyoroti aspek gizi dalam UKS/M.



Untuk melakukan intervensi yang komprehensif, direkomendasikan agar memasukkan pendekatan berbasis keluarga selain memperkuat pendekatan berbasis sekolah yang sudah ada.

*Studi ini memiliki empat tujuan yang disajikan dalam empat infografis terpisah.