

Upaya Penangan Diare dengan Bubur Tempe pada Balita di Desa Sambirejo

Ersa Kusuma Wardhani¹, Tri Hastuti², Trias Jayantina³, Tyas Dwi Rahayu⁴,
Wahyu Ditya Nugraha⁵.
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Alamat: Jl. Ki Hajar Dewantara No.10, Jawa, Kec. Jebres, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57146

Korespondensi penulis: ersakusuma09@gmail.com

Abstract. *Diarrhea is still a health problem, especially in children. According to the World Health Organization (WHO, 2017) diarrhea is the occurrence of defecation with a consistency that is more liquid than usual, with a frequency of 3 times or more in a 24 hour period. Diarrhea is an environmental-based disease caused by infection with microorganisms including bacteria, viruses, parasites, protozoa, and is transmitted via fecal-oral route. Diarrhea is the second cause of death among children under five in the world. Nearly 1 in 5 child deaths, around 1.5 million each year, are due to diarrhea. Diarrhea is the cause of 40% of under-five deaths throughout the world every year. The results of interviews with mothers who have children under five in the Sambirejo area showed that the majority did not know about treating diarrhea in toddlers with tempeh porridge. Objective: to provide understanding to the public that tempeh porridge can treat diarrhea in toddlers. Method : applied in community service is socialization and health education regarding diarrhea and its management by providing tempe porridge. Community service activities were carried out on Thursday 19 October 2023 at residents' homes in Sambirejo Village. The community service activity was attended by approximately 20 people. Results : Observations from this health education activity showed that the majority of participants were active in asking questions and answering questions given by the community service team and were able to demonstrate again how to make tempeh porridge. Providing health education about treating diarrhea by providing tempe porridge has proven that the community's knowledge and skills increase after being given the education.*

Keywords: *diarrhea, tempeh porridge, toddlers*

Abstrak. Penyakit diare masih menjadi masalah kesehatan terutama pada anak-anak. Menurut World Health Organization (WHO, 2017) diare adalah kejadian buang air besar dengan konsistensi lebih cair dari biasanya, dengan frekuensi 3x atau lebih dalam periode 24 jam. Diare merupakan penyakit berbasis lingkungan yang disebabkan oleh infeksi mikroorganisme yang meliputi bakteri, virus, parasit, protozoa, dan penularannya secara fekal-oral. Penyakit diare penyebab kedua kematian balita didunia. Hampir 1 dari 5 kematian anak sekitar 1,5 juta setiap tahunnya dikarenakan diare. Diare merupakan penyebab kematian balita sebesar 40% diseluruh dunia setiap tahunnya. Hasil wawancara pada ibu-ibu yang mempunyai anak balita di wilayah Sambirejo didapatkan mayoritas belum mengetahui tentang penanganan diare pada balita dengan bubur tempe. Tujuan : memberikan pengertian kepada masyarakat bahwa bubur tempe dapat mengobati diare pada balita. Metode: yang diterapkan dalam pengabdian masyarakat adalah sosialisasi dan pendidikan kesehatan mengenai penyakit diare dan penatalaksanaannya dengan pemberian bubur tempe. Kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan pada hari Kamis 19 Oktober 2023 di rumah warga di Desa Sambirejo. Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh kurang lebih 20 orang. Hasil : Observasi dari kegiatan penyuluhan kesehatan ini, bahwa mayoritas peserta aktif dalam mengajukan pertanyaan maupun menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim pengabdian masyarakat serta dapat mendemonstrasikan kembali cara pembuatan bubur tempe. Pemberian pendidikan kesehatan tentang penanganan diare dengan pemberian bubur tempe telah membuktikan bahwa pengetahuan dan ketrampilan masyarakat meningkat setelah diberikan penyuluhan.

Kata kunci : diare, bubur tempe, balita.

LATAR BELAKANG

Penyakit diare masih menjadi masalah kesehatan terutama pada anak-anak. Menurut World Health Organization (WHO, 2017) diare adalah kejadian buang air besar dengan konsistensi lebih cair dari biasanya, dengan frekuensi 3x atau lebih dalam periode 24 jam. Diare dapat mengenai semua kelompok umur baik balita, anak-anak dan orang dewasa dengan berbagai golongan sosial (Sari, 2019).

Penyakit diare penyebab kedua kematian balita didunia. Hampir 1 dari 5 kematian anak sekitar 1,5 juta setiap tahunnya dikarenakan diare. Diare adalah pembunuh utama anak-anak, pada tahun 2015 sebanyak 9% dari semua kematian anak balita diseluruh dunia disebabkan karena diare. Ini berarti untuk lebih dari 1.400 anak-anak meninggal setiap hari, atau sekitar 526.000 anak per tahun, meskipun ketersediaan pengobatan efektif yang sederhana (WHO, 2015).

Menurut Riskesdas (2018), angka tertinggi kejadian kesakitan Diare terjadi pada kelompok umur Balita (1-4 tahun) sebanyak 12,8 % (73.188) dan anak dibawah umur 1 tahun menjadi peringkat kedua sebanyak 10,6 % (18.225). Angka kesakitan Diare pada balita tertinggi terjadi di provinsi Papua Barat sebesar 15,8 % dan Sumatera Utara 15,4 % (Kemenkes, 2018).

Faktor utama penyebab diare akut pada balita yaitu berat badan lahir, status gizi, status imunisasi campak, riwayat pemberian zinc, pola pemberian ASI, pengetahuan dan kebiasaan mencuci tangan ibu dan faktor sanitasi lingkungan yang kurang baik (Kemenkes, 2014). Diare berdampak buruk jika tidak diatasi karena akan dapat menimbulkan kejang, gangguan irama jantung sampai pendarahan diotak, apabila terjadi dehidrasi berat bisa menyebabkan kematian (Barr & Smith, 2014).

Upaya pencegahan dan penanggulangan diare oleh pemerintah yaitu telah menetapkan kebijakan tatalaksana penderita diare yang sesuai standar disarana kesehatan maupun dirumah tangga, melaksanakan surveilans epidemiologi dan Sistem Kewaspadaan Dini Kejadian Luar Biasa (SKD-KLB) yaitu dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan petugas dalam aspek manajerial dan teknis medis, serta evaluasi sebagai dasar perencanaan (Kemenkes RI, 2014).

Adapun penanganan diare secara farmakologi yaitu terapi rehidrasi, antidiare dan antibiotik (Jayanto, 2020). Namun pemberian antidiare pada anak memiliki dampak menghambat gerakan peristaltik usus sehingga kotoran yang seharusnya dikeluarkan akan

dihambat keluar, antidiare juga dapat menyebabkan komplikasi seperti prolapsus pada usus terlipat (Maliny, 2014). Antibiotika hanya diindikasikan pada diare akibat infeksi bakteri invasif (*Shigella* spp dan *Entamoeba histolytica*), *Salmonella* spp, serta pada giardiasis dan kolera (Wija, 2018).

Selain farmakoterapi, penanganan diare pada anak dapat dilakukan secara non farmakologis yaitu pemberian makanan bubur tempe (Sari, 2019). Menurut Toole dan Cooney (2008) dalam Suprasti (2019), banyak mikroorganisme yang dipertimbangkan sebagai prebiotik untuk mencegah diare yang digunakan untuk memelihara produk pangan tradisional dengan cara fermentasi.

Tempe diproduksi dengan cara fermentasi kedelai rebus dan kupas dengan kultur spesies jamur *Rhizopus oligosporus* pada suhu kamar selama 36-48 jam dan menghasilkan kue putih (kapang) lembut dengan tekstur kenyal dan rasa seperti jamur (Didimi, 2019). Melalui proses fermentasi komponen nutrisi yang kompleks pada kedelai menghasilkan senyawa yang lebih sederhana melalui reaksi enzimatik, maka protein, lemak, dan karbohidrat pada tempe menjadi lebih mudah untuk dicerna di dalam tubuh dibandingkan yang terdapat dalam kedelai, sehingga tempe sangat baik diberikan kepada semua kelompok umur dari bayi hingga lansia (Astawan, 2013 dalam Aryanta, 2020). Tempe lebih mudah dicerna karena kandungan asam lemak bebas, peptida, dan asam amino yang tinggi (Ratnasari, 2014).

Hasil riset menunjukkan bahan dasar tempe berpotensi sangat baik sebagai formula dalam diet penyapihan anak dan dapat diberikan sedini mungkin disertakan dalam makanan pendamping ASI (MP-ASI) (Purwiyanto, 2016 dalam Rachmawati, 2020).

Oleh karena itu, perlu adanya sosialisasi dan pendidikan kesehatan mengenai penyakit diare dan penatalaksanaannya dengan pemberian bubur tempe, agar ibu-ibu yang memiliki balita mampu membuat bubur tempe jika terjadi diare pada balita.

KAJIAN TEORITIS

Diare adalah defekasi encer lebih dari 3x sehari dengan atau tanpa darah dan dengan/tanpa lendir dalam tinja. Proses fermentasi dalam pembuatan tempe juga menghasilkan karbohidrat. Kandungan tempe inilah yang bisa membantu melawan infeksi bakteri *E.coli* penyebab diare. Seperti yang sudah dijelaskan sebelumnya, *E.coli* akan menempel pada permukaan usus yang memiliki struktur karbohidrat. Struktur

karbohidrat tempe serupa dengan karbohidrat pada permukaan usus. Hal ini bisa mengelabui bakteri *E.coli* yang terdapat di usus. Alih-alih menempel pada permukaan usus, bakteri penyebab diare ini malah melekat pada karbohidrat tempe. Dengan demikian, bakteri tidak dapat melepaskan racun yang membahayakan usus dan lebih mudah dikeluarkan melalui sistem pencernaan.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah Quasi Experimental Design. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan lembar observasi dan wawancara. Tempat penelitian dilakukan di desa Sambirejo, RT 03/RW 02, Jetis, Jaten. Penelitian dilaksanakan pada hari Kamis, 19 September 2023 pukul 10.00-11.00 WIB. Pembuatan bubur tempe dimulai dengan menyiapkan alat dan bahan seperti : piring, sendok, timbangan, blender, tempe kukus 300gr, gula pasir 15gr, mentega cair 10gr, garam ½sdt, air panas 200cc, dan nasi 15gr. Langkah pertama yang dilakukan adalah memasukkan nasi, air panas, tempe kukus, mentega, gula, garam, dan blender semua hingga halus kemudian hidangkan ke piring selagi hangat dan siap dikonsumsi sampai diare pada balita sembuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan pada hari Kamis 19 Oktober di rumah warga di Desa Sambirejo, Jaten, Karanganyar. Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 35 orang. Tema penyuluhan yang disampaikan adalah Upaya Penanganan Diare Dengan Bubur Tempe pada Balita. Pelaksanaan Pengabdian masyarakat dimulai kurang lebih pukul 09.30 sampai dengan pukul 12.00 WIB. Peserta pengabdian sebelumnya telah mendapat undangan dari tim pengabdian masyarakat untuk mengikuti pengabdian kesehatan tentang Penanganan Diare pada Balita di Desa Sambirejo, Karanganyar. Peserta yang menghadiri kegiatan pengabdian ini mengatakan belum mengetahui cara penanganan diare pada balita dengan menggunakan bubur tempe dan apa kandungan tempe sehingga bubur tempe dapat membantu dalam penanganan diare pada balita.

Tempe mempunyai fungsional probiotik dan prebiotik, serat larut, asam lemak omega 3 polyunsaturated, konjugasi asam linoleat, antioksidan pada tanaman, vitamin dan mineral, beberapa protein, peptida dan asam amino seperti phospholipid. Menurut Toole

dan Cooney mikroorganisme (2008), yang banyak dipertimbangkan sebagai prebiotik yang digunakan untuk memelihara produk pangan tradisional dengan cara fermentasi dan keberadaan makanan ini bermacam-macam mikroorganisme angka yang digunakan bersamaan dengan hasil akhir dari fermentasi produk dan metabolisme lainnya (Toole & Cooney, 2008). Setelah kegiatan pengabdian, masyarakat mengetahui kandungan tempe.

Terlebih lagi setelah disampaikan bahwa berdasarkan hasil penelitian Setiawati (2015) bahwa setelah diberikan bubur tempe, mayoritas frekuensi BAB pada anak yang mengalami diare menurun dari 5- 10x/hari menjadi 1-4 x/hari.

Pengabdian masyarakat ini merupakan suatu proses kepada masyarakat yang menjembatani kesenjangan antara informasi dan perilaku kesehatan, kemudian melakukan tindakan yang sesuai dengan didapatkan tersebut informasi agar yang sasaran pendidikan kesehatan menjadi lebih memahami dan dapat menerapkan ilmu pengetahuannya keluarganya maupun kepada masyarakat sekitarnya sehingga status kesehatan masyarakat meningkat. Tujuan utama pengabdian masyarakat dilakukan agar sasaran mampu menerapkan ilmu pengetahuan sesuai dengan kebutuhan mereka sendiri untuk mengatasi permasalahan yang mereka hadapi dengan sumber daya yang dimiliki serta adanya dukungan dari luar, dan mampu memutuskan kegiatan yang tepat guna untuk meningkatkan taraf hidup schat dan kesejahteraan masyarakat (Mubarak & Chayatin, 2009).

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang penanganan diare pada balita dengan bubur tempe telah dilaksanakan pada tanggal 19 Oktober 2023 di Desa Sambirejo, Jaten, Karanganyar. Hasil yang didapatkan adalah tercapainya target luaran yang berupa peningkatan pengetahuan dan pemahaman ibu tentang penyakit diare dan penanganan diare pada balita dengan bubur tempe. Peserta mengalami peningkatan keterampilan dalam upaya penanganan diare pada balita dengan mendemonstrasikan Kembali cara pembuatan bubur tempe. Setelah adanya kegiatan penyuluhan kesehatan tentang penanganan diare pada balita ini dapat direkomendasikan kepada kader posyandu untuk menindak lanjuti dengan pemberian makanan tambahan pada anak yang mengalami diare pada saat posyandu. Saran berdasarkan hasil karya tulis ilmiah ini maka saran yang

diberikan penulis bagi pelayanan kesehatan dan seluruh tenaga kesehatan diharapkan dapat memberikan pelayanan yang maksimal sesuai standar SOP dan memberikan terapi non farmakologi dengan pemberian bubur tempe pada anak dengan diare karena bubur tempe terbukti menurunkan frekuensi BAB pada anak dengan diare. Bagi institusi pendidikan diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat atau mahasiswa tentang keefektifan bubur tempe untuk mengurangi frekuensi buang air besar pada anak dengan diare dan sebagai nutrisi setelah periode diare untuk menambah berat badan yang hilang ketika diare. Bagi mahasiswa keperawatan diharapkan dapat mempelajari asuhan keperawatan diare pada anak guna meningkatkan pengetahuan tentang asuhan keperawatan diare pada anak, sehingga mahasiswa dapat memberikan asuhan keperawatan yang tepat bagi klien anak dengan masalah diare. Bagi masyarakat diharapkan dapat memberikan penanganan utama bagi anak yang mengalami diare menggunakan bubur tempe karena bubur tempe sebagai nutrisi untuk memotong siklus diare dan nutrisi pasca diare.

DAFTAR REFERENSI

- Balitbang Kemenkes RI. (2013). Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013 diunduh dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/HasilRisesdas%202013.pdf> (27 Desember 2017).
- HartiningrumS.Y. (2010). Pengaruh Pemberian Formula Preda dan Tempe Terhadap Lama Penyakit Diare Akut Pada Anak Usia 6-24 Bulan Studi Di RSUD RA.Kartini Kabupaten Jepara Tahun 2010 Skripsi Semarang Universitas Diponegoro Diunduh dari <http://eprints.undip.ac.id/23806> (27 Desember2017).
- Ichwan, M, Nani YPutu E.M.E. (2016). Efektifitas Metode Permainan Edukatif Papeda Terhadap Peningkatan Pengetahuan Sikap Dan Tindakan Untuk Pencegahan Kejadian Diare Pada Murid Kelas V SDN 14 Poasia Di Kecamatan Poasia Kota Kendari Tahun 2016 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu <http://ojs.uho.ac.id/index.php/JIMKESMAS/article/view/1233/883> diakses tanggal (27 Desember 2017).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). Situasi Diare di Indonesia. [http://www.depkes.go.id/downloads/BuletinDiare_Final\(1\).pdf](http://www.depkes.go.id/downloads/BuletinDiare_Final(1).pdf) diakses (27 Desember 2017).
- Mubarak WI & Chayatin N. (2009). Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori Jakarta: Salemba Medika
- Rahmad, H.N & Endang ZS. (2017). Upaya Pencegahan Diare Berulang Pada Anak Usia Toodler Tugas Akhir Universitas Muhammadiyah Surakarta http://eprints.ums.ac.id/52271/1/NASKAH_PUBLIKASL.pdf

Diakses pada (27 Desember 2017).

Setiawati H. (2015). Pengaruh Pemberian Diet Bubur Tempe Terhadap Frekuensi BAB pada Anak Diare Di Ruang Mina rumah sakit PKU Muhammadiyah Surakarta <http://eprints.ums.ac.id/45454/27/NASKAH-2.pdf> diakses pada (27 Desember 2017).

Toole, P.W.O dan Cooney J.C. (2008). Probiotics Bacteria Influence The Composition And Function of The Intestinal Microbiota Review Article Ireland <https://www.hindawi.com/journals/ipid/2008/175285> diakses pada (27 Desember2017).

World Health Organization. (2013). Diarrhoeal disease <http://www.who.int> diakses pada (27 Desember 2017).