



## **Pelayanan Gizi kepada Masyarakat melalui Konsultasi Gizi Online di Masa Pandemi Covid-19**

**Laras Sitoayu<sup>1</sup>, Lintang Purwara Dewanti<sup>2</sup>, Vitria Melani<sup>2</sup>,  
Nur Elya Adiba<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien, Universitas Esa Unggul

<sup>2</sup>Program Studi Ilmu Gizi, Universitas Esa Unggul

<sup>3</sup>Konsultan Gizi ID

E-mail: [laras@esaunggul.ac.id](mailto:laras@esaunggul.ac.id)

---

### **Article History:**

Received: Desember  
2021

Revised: Juli 2022

Accepted: September 2022

### **Keywords:**

Edukasi Online,  
Konsultasi Gizi,  
Pandemic

**Abstract:** Masalah gizi di Indonesia saat pandemi Covid-19 meningkat kembali. Salah satu penyebabnya adalah keterbatasan yang dimiliki masyarakat untuk mengakses ke fasilitas pelayanan kesehatan. Untuk mengatasi hal tersebut dibutuhkan alternatif yang dapat digunakan sebagai wahana mengedukasi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mencoba membantu mencegah semakin meningkatnya masalah gizi pada masyarakat saat pandemi melalui konsultasi gizi online. Kegiatan ini dilakukan selama sepekan dengan 11 orang konsultan gizi. Klien/masyarakat pengguna aplikasi merasa puas dan terbantu dengan adanya kegiatan ini terutama dalam mengatasi masalah gizi. Tidak ada kendala selama pelaksanaan kegiatan, namun butuh waktu untuk dapat memperkenalkan aplikasi konsultasi gizi online kepada masyarakat. Metode ini penting dilakukan oleh petugas kesehatan, khususnya ahli gizi agar dapat terus memberikan pelayanan dan memperhatikan status kesehatan masyarakat.

## **Pendahuluan**

Masalah gizi di Indonesia telah mengalami pergeseran penyakit, dari penyakit menular ke penyakit tidak menular (PTM), hal ini yang disebut beban ganda masalah gizi. Peningkatan konsumsi lemak, pertumbuhan urbanisasi dan kurangnya aktivitas fisik menyebabkan semakin meningkatnya beban ganda masalah gizi. Begitu pula untuk anak dan balita, anak-anak yang kurang gizi dan/atau kelebihan berat badan, tidak hadir di sekolah lebih sering dan berprestasi kurang baik secara akademis akibat masalah gizi pun cukup banyak. Bahkan stunting dan kekurangan gizi telah merugikan Indonesia lebih dari US\$ 5 miliar per tahun setara (Kementerian PPN/Bappenas, 2019).

Peningkatan masalah gizi ditemukan juga ketika pandemi covid-19 melanda di Indonesia. Konsentrasi masyarakat terfokus pada bagaimana caranya untuk bertahan hidup dan menjadikan masyarakat abai terhadap kebutuhan gizi, kecukupan gizi terutama vitamin dan mineral, uang yang dimiliki dicukupkan untuk kebutuhan sehari-hari, makan juga asal kenyang (Susanto, 2021). Angka kejadian stunting yang awalnya sempat turun Kembali meningkat. Banyak masyarakat yang tidak memberanikan diri melakukan pemeriksaan kesehatan dan konsultasi gizi selama pandemi. Selain adanya himbauan pembatasan diri dari pemerintah dalam skala besar, juga takut tertular covid-19. Pemantauan pertumbuhan anak di posyandu mengalami penurunan drastis saat pandemi (Efrizal, 2020) dan jumlah kunjungan ke pelayanan pemeriksaan kehamilan selama pandemi juga mengalami penurunan (Saputri, Nurmala Selly; Anbarani, Maudita Dwi; Toyamah, Nina; Yumna, 2020). Ahli gizi memiliki peran penting dalam mengatasi masalah gizi. Intervensi yang diberikan untuk mengatasi masalah bisa berupa edukasi, konsultasi atau penerapan diet tertentu sesuai kebutuhan pasien. Ahli gizi dituntut mampu memiliki kompetensi dalam menangani masalah gizi dengan baik. Namun saat pandemi melanda, tentunya seorang ahli gizi juga mengalami keterbatasan untuk bertemu klien/memberikan intervensi sehingga perlu inovasi metode edukasi (Gifari et al., 2021).

Sebagai salah satu cara mencegah dan mengurangi peningkatan masalah gizi saat pandemi adalah melakukan inovasi edukasi kesehatan pada masyarakat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini mencoba memberikan pelayanan kesehatan pada masyarakat di masa pandemi, khususnya edukasi gizi dalam bentuk konseling gizi dengan tujuan untuk mengurangi dan membantu mengatasi masalah gizi yang terjadi di masyarakat. Menurut hasil

penelitian Iqbal (2018) menyatakan bahwa konsultasi gizi berbasis online dan aplikasi mobile perlu dikembangkan untuk membantu mengatasi masalah gizi dan cukup praktis. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan sebagai salah satu inovasi di masa pandemic Covid-19 untuk dapat terus memberikan konseling gizi kepada masyarakat dengan melakukan konsultasi gizi online, tanpa harus tatap muka dan dengan jangkauan yang luas. Selain itu, kegiatan ini dapat dijadikan wahana praktik mahasiswa dalam melakukan konseling gizi. Mengapa kegiatan pengabdian ini perlu dilaksanakan dan dilakukan secara online perlu disampaikan sedikit latar belakangnya.

## **Metode**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 17-23 Mei 2021 melalui aplikasi “konsultan gizi”, dan hasil kolaborasi Universitas Esa Unggul dengan Konsultan Gizi. Dalam kegiatan konsultasi gizi online ini, sekitar 11 mahasiswa dilibatkan sebagai konsultan dan 9 dosen dilibatkan sebagai supervisor terhadap mahasiswa. Sebelum kegiatan berlangsung, dilakukan briefing dan persamaan persepsi serta praktik cara menggunakan aplikasi baik untuk fitur konsultan dan supervisor.

Konsultasi gizi dilakukan kepada klien/masyarakat yang mengunduh aplikasi konsultan gizi, memiliki akun dan melakukan konsultasi. Setiap masyarakat bebas bertanya selama melakukan konsultasi terkait gizi, kapanpun, dan dimanapun. Kegiatan ini selain sebagai pengabdian masyarakat dosen namun juga dijadikan sebagai wahana praktik mahasiswa dalam melakukan konsultasi gizi. Sebagai evaluasi keberhasilan dilakukan survei kepuasan pelayanan. Penilaian kepuasan pelayanan dilakukan langsung pada aplikasi setelah konsultasi selesai, sesaat sebelum menutup obrolan. Penilaian ini dilakukan dengan melakukan survei online dan memberikan pertanyaan kepada masyarakat pengguna aplikasi apakah sudah merasa puas dengan pelayanan konseling gizi yang diberikan.

## **Hasil**

Konsultasi gizi berhasil terlaksana selama sepekan, kegiatan berjalan lancar dan masyarakat dapat bebas melakukan konsultasi gizi secara gratis. Dari 11 mahasiswa Program Studi Pendidikan Profesi Dietisien Universitas Esa Unggul yang terlibat, masing-masing berkesempatan melakukan

konsultasi gizi, bahkan ada yang menangani lebih dari 4 orang klien. Dosen sebagai supervisor aktif berdiskusi dan memberikan masukan kepada mahasiswa selama kegiatan berlangsung.

Ada sekitar 6 dosen Program Studi Ilmu Gizi dan Pendidikan Profesi Dietisien Universitas Esa Unggul yang ikut serta dalam pekan konsultasi gizi online ini, sedangkan 3 orang supervisor lainnya berasal dari Konsultan Gizi. Total klien yang berhasil ditangani selama sepekan sekitar 60 orang, dengan kasus konsultasi berbeda-beda.



Gambar 1. Flyer Kegiatan Konsultasi Gizi

Kasus yang banyak dikeluhkan selama pandemi ini dari klien adalah cara diet atau penurunan berat badan selama, karena pandemi masyarakat kurang melakukan aktivitas fisik dan terjadi peningkatan berat badan hingga status gizi. Selain itu banyak juga ibu yang berkonsultasi mengenai praktik pemberian makanan pendamping ASI, mengatasi anak yang sulit makan dan mengatasi masalah gizi kurang pada anak. Tidak jarang pula masyarakat yang berkonsultasi mengenai penyakit degeneratif yang dialami, dan cara membatasi makanan yang boleh dan tidak boleh. Ada juga olahragawan yang berkonsultasi mengenai konsumsi suplemen untuk mendukung performa latihan.

Setiap ada klien/masyarakat ingin berkonsultasi, konsultan dengan sigap merespon dan membantu memberikan edukasi. Sebagai konsultan bisa memilih klien mana yang belum ditangani dan diberikan edukasi. Karena konsultasi ini bersifat individual, maka klien/masyarakat bisa bebas dan leluasa menceritakan keluhannya kepada konsultan.



Gambar 2. Tampilan aplikasi konsultan gizi

Supervisor memberikan penilaian kepada konsultan selama praktik konsultasi gizi berlangsung. Dan berhak memberikan saran atas intervensi yang diberikan kepada klien/masyarakat. Kegiatan ini baik dilakukan karena terintegrasi mendukung tri dharma perguruan tinggi. Disatu sisi mahasiswa bisa mempraktekan ilmu yang didapat secara langsung kepada masyarakat, disisi lain menunjang pengabdian masyarakat seorang dosen. Dari hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat ini, sekitar 60 klien/masyarakat yang melakukan konsultasi gizi merasa puas atas pelayanan yang diberikan dan mendapatkan pencerahan atas masalah gizi yang dihadapi. Hasil ini dilihat dari penilaian yang diberikan secara online dari masyarakat pengguna melalui aplikasi saat selesai konseling gizi sebelum konseling diakhiri dan ditutup. Cara ini merupakan salah satu inovasi mengedukasi masyarakat selama pandemi, karena tidak perlu kontak langsung dengan konsultan dan aman dari tertular covid-19.

## Diskusi

Saat pandemi, dengan keterbatasan yang dimiliki masyarakat untuk berkunjung ke pelayanan kesehatan, pengembangan media edukasi gizi

menjadi sangat penting dilakukan dan merupakan hal yang perlu dilakukan secara berkesinambungan (Murdiningrum, 2021), sehingga meskipun dalam keadaan pandemi masyarakat tetap bisa berinteraksi dengan leluasa kepada petugas kesehatan. Memberikan edukasi gizi yang mudah dipahami oleh masyarakat tentunya bukan hanya saja dengan materi yang baik, mampu menyelesaikan masalah namun sebaiknya dilakukan dengan metode atau media yang mendukung dan menarik. Penggunaan media audio visual terbukti efektif meningkatkan pengetahuan gizi (Seki et al., 2019). Sedangkan salah satu metode yang menarik adalah dengan konsultasi gizi secara online.

Di era modern seperti saat ini, dimana masyarakat sebagian besar setiap hari, jam, menit terpapar oleh media komunikasi handphone membuka peluang bagi tenaga kesehatan menggunakan hal tersebut untuk kegiatan yang positif seperti konsultasi gizi online. Selain mudah diakses, dapat dilakukan dimana saja juga lebih praktis dan nyaman tanpa harus keluar rumah. Teknologi informasi di masa pandemi Covid-19 menjadi strategi yang sangat diperlukan, bahkan keahlian ini berguna dalam mempersiapkan era revolusi 4.0 (Haryanto et al., 2021). Pada pengabdian masyarakat ini, konsultasi gizi yang dilakukan juga dapat dijadikan media pembelajaran karena mahasiswa dilibatkan dan dapat langsung mempraktekkan teori yang didapat. Mahasiswa juga senang karena media yang digunakan cukup menarik. Berbagai platform pembelajaran daring dapat digunakan untuk memecah kebosanan yang sering muncul pada pembelajaran daring. Platform pembelajaran yang lebih bervariasi menjadi alternatif terbaik untuk memberikan suasana pembelajaran yang tidak monoton bagi peserta didik (Rawung, 2021).

## **Kesimpulan**

Konsultasi gizi secara online baik dilakukan sebagai salah satu alternatif metode edukasi gizi kepada masyarakat saat pandemi. Masyarakat mampu melakukan konsultasi dimanapun dan kapanpun, tanpa harus takut berisiko tertular penyakit selama pandemi.

## **Acknowledgements**

Terima kasih kepada seluruh klien yang berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Juga kepada Konsultan Gizi sebagai mitra atas terlaksananya kegiatan ini, sehingga dapat terlaksana dengan baik.

## Daftar Referensi

- Efrizal, W. (2020). Berdampakkah pandemi covid-19 terhadap stunting di bangka belitung? *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 09(03), 154–157.
- Gifari, N., Sitoayu, L., Lediawaty, T., Anita, L., Malieka, L., Juliana, P., Rahmi, G., & Pertiwi, K. (2021). *Studi Kasus Gizi Masyarakat di Wilayah Kebon Jeruk , Jakarta Barat Tahun 2021 Studi Kasus Gizi Masyarakat di Wilayah Kebon Jeruk , Jakarta Barat*. Penerbit NEM.
- Haryanto, H., Putra, A. H., & Heriansyah, H. (2021). Pelatihan Pembelajaran Daring Berbasis Aplikasi Google Di Masa Pandemi Covid-19 Di SMAN 8. 19(01), 167–176.
- Iqbal, M. H. (2018). *Perancangan dan Implementasi Konsultasi Gizi Online Berbasis Web (Issue February 2017)*.
- Kementerian PPN/Bappenas. (2019). *Kajian Sektor Kesehatan Pembangunan Gizi di Indonesia*. In Kementerian PPN/Bappenas.
- Murdiningrum, S. H. (2021). Efektifitas media edukasi gizi untuk peningkatan pengetahuan gizi remaja. *Jurnal Mahasiswa BK An-Nur: Berbeda, Bermakna, Mulia*, 7(3), 53–59.
- Rawung, R. K. S. (2021). Pengembangan media pembelajaran daring era 4 . 0 di masa pandemic. *JIMP (Jurnal Inovasi Dan Manajemen Pendidikan)*, 1(1), 67–79. <https://doi.org/10.12928/jimp.v1i1.4200>
- Saputri, Nurmala Selly; Anbarani, Maudita Dwi; Toyamah, Nina; Yumna, A. (2020). Dampak pandemi covid-19 pada layanan gizi dan kesehatan ibu dan anak (kia): (Issue 5).
- Sekti, R. M., Fayasari, A., Binawan, U., & Timur, J. (2019). Edukasi Gizi dengan Media Audiovisual terhadap Pola Konsumsi Sayur Buah pada Remaja SMP di Jakarta Timur. 1(2), 77–88.
- Susanto, P. N. (2021). Dinamika pemenuhan gizi masyarakat miskin di tengah pandemi covid-19. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Dalmas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Nadal*, 11, 757–770.