

## BUBUR TEMPE MEMBANTU PENANGANAN DIARE PADA BALITA

Dewi Kartika Sari<sup>1</sup>, Anjar Nurrohmah<sup>2</sup>

<sup>1</sup>(Lecturer of Nursing at STIKES 'Aisyiyah Surakarta)

<sup>2</sup>(Lecturer of Nursing at STIKES 'Aisyiyah Surakarta)

[nswieka@yahoo.co.id](mailto:nswieka@yahoo.co.id)

Doi : <https://doi.org/10.30787/gemassika.v3i1.309>

Received: Nopember 2018 | Revised: Nopember 2019 | Accepted: Mei 2019

### ABSTRAK

**Latar Belakang:** Penyakit diare dapat terjadi karena konsumsi makanan maupun minuman yang terkontaminasi oleh bakteri, virus, atau parasit. Mayoritas penderita diare adalah anak berusia dibawah lima tahun (balita) dengan prevalensi sebesar 12,2%. Penyakit diare dapat berakibat fatal apabila penderita diare mengalami dehidrasi berat. Pemberian bubur tempe kepada penderita diare ini dapat mempersingkat durasi diare akut serta mempercepat penambahan berat badan setelah menderita diare akut. Hasil wawancara pada ibu-ibu yang mempunyai anak Balita di wilayah Gendengan, Wirun, Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo 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 Selasa tanggal 27 Februari 2018 di rumah warga di Desa Gendengan Wirun Kecamatan Mojolaban Sukoharjo. Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 35 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:** bubur tempe; diare; balita

### ABSTRACT

**Background:** Diarrhea can occur due to consumption of food or beverages contaminated by bacteria, viruses, or parasites. The majority of diarrhea sufferers

are children under five years old (toddlers) with a prevalence of 12.2%. Diarrhea can be fatal if diarrhea sufferers are severely dehydrated. Provision of tempe porridge to diarrhea sufferers can shorten the duration of acute diarrhea and accelerate weight gain after acute diarrhea. Interview results for mothers who have toddlers in the Gendengan, Wirun area, Mojolaban District, Sukoharjo Regency, found that the majority did not know about diarrhea treatment in toddlers with tempe porridge. **Purpose:** Providing understanding to the community that tempeh porridge can treat diarrhea in toddlers. **Method:** Applied in community service is socialization and health education regarding diarrheal disease and its management by giving tempe porridge. Community service activities that have been carried out on Tuesday 27 February 2018 at the homes of residents in Gendengan Wirun Village, Mojolaban Sukoharjo District. 35 community service activities. **Result:** Observation results from this health counseling activity, that the majority of active participants in asking questions and answering questions given by the community service team and can demonstrate again the way of making tempe porridge. The provision of health education about the handling of diarrhea with the provision of tempe porridge has proven that the knowledge and skills of the community increased after being given counseling.

*Keyword: tempe porridge; diarrhea; toddler*

## PENDAHULUAN

Penyakit diare merupakan penyakit infeksi saluran pencernaan yang ditandai dengan konsistensi tinja yang encer dan dikeluarkan dengan frekuensi buang air besar (BAB) yang sering dibandingkan dengan frekuensi BAB biasanya.

Pada umumnya, penyakit diare dapat terjadi karena konsumsi makanan maupun minuman yang

terkontaminasi oleh bakteri, virus, atau parasit.

Biasanya, penyakit diare hanya berlangsung beberapa hari, namun ada sebagian kasus diare yang memanjang hingga berminggu-minggu.

Berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) yang telah dilakukan oleh Departemen Kesehatan RI pada tahun 2013, prevalensi

penyakit diare di Indonesia sebesar 7%.

Dari data tersebut, golongan usia yang paling banyak mengalami diare adalah anak berusia dibawah lima tahun (balita) dengan prevalensi sebesar dan terjadi pada balita sebesar 12,2% (Balitbang Kemenkes RI, 2013).

Penyakit diare dapat berakibat fatal apabila penderita diare mengalami dehidrasi berat yang diakibatkan oleh kehilangan banyak cairan yang berlebihan dari dalam tubuh. Oleh sebab itu diare tidak boleh dianggap penyakit yang biasa saja walaupun kondisi tersebut sangat umum terjadi. Pada anak-anak, gejala penyakit diare biasanya akan hilang dalam waktu 5-7 hari atau kurang dari dua minggu. Sedangkan pada orang dewasa, penyakit diare biasanya sembuh dalam 2-4 hari, karena sistem kekebalan tubuhnya yang akan melawan infeksi penyebab penyakit diare secara alami. Walau demikian, penyakit diare bisa berlangsung lebih lama. Salah satu upaya penanganan penyakit diare yaitu dengan

mengonsumsi bubur tempe. Pemberian bubur tempe kepada penderita diare ini dapat mempersingkat durasi diare akut serta mempercepat pertambahan berat badan setelah menderita diare akut. Tempe sebagai bahan dasar pembuatan bubur dipilih karena tempe merupakan bahan pangan tradisional yang mudah didapat dan murah, tempe mengandung komponen 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 (2008), banyak mikroorganisme yang dapat dipertimbangkan sebagai prebiotik yang digunakan untuk memelihara produk pangan tradisional dengan cara fermentasi dan keberadaan makanan ini bermacam-macam angka mikroorganisme yang digunakan bersamaan dengan hasil akhir dari fermentasi produk dan metabolisme lainnya (Toole & Cooney, 2008).

Pemberian bubur tempe terhadap pasien diare telah dilakukan oleh beberapa peneliti diantaranya oleh Hartiningrum (2010). Penelitian dilakukan terhadap semua penderita penyakit diare pada anak usia 6-24 bulan yang dirawat di RSUD RA. Kartini Kabupaten Jepara. Sampel diambil secara acak dari bulan Januari -Februari 2010. Hasil penelitian menyimpulkan bahwa formula tempe dapat dipakai sebagai pengganti formula Preda pada anak dengan penyakit diare akut. Rata-rata lama penyakit diare pada pemberian formula Preda adalah 4,95 hari dan pemberian bubur tempe adalah 4,21 hari.

Berdasarkan hasil penelitian Setiawati (2015) mayoritas frekuensi BAB pada anak sebelum diberikan diet bubur tempe antara 5-10x/hari yaitu sebesar 46,67%, setelah diberikan diet bubur tempe mayoritas frekuensi diare pada anak menjadi 1-4 x/hari yaitu sebesar 93,33%.

Sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan pada masyarakat, khususnya pada ibu-ibu

yang memiliki balita, makan dapat dilakukan dengan metode pemberian pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan merupakan suatu proses yang menjembatani kesenjangan antara informasi dan perilaku kesehatan, kemudian melakukan tindakan yang sesuai dengan informasi yang didapatkan tersebut agar sasaran pendidikan kesehatan menjadi lebih memahami dan lebih sehat. Tujuan utama pendidikan kesehatan adalah 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 sehat dan kesejahteraan masyarakat (Mubarak & Chayatin, 2009) .

Hasil wawancara pada 7 orang ibu yang mempunyai balita di Gendengan, Wirun Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo diketahui bahwa semua ibu yang di wawancara belum mengetahui tentang

penanganan diare pada balita dengan bubur tempe, dan selama ini belum pernah ada yang melakukan pendidikan kesehatan tentang penatalaksanaan diare. 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 anaknya.

### **MASALAH, TARGET, DAN LUARAN**

Masalah yang dihadapi adalah kurangnya pengetahuan dan informasi tentang penanganan diare dengan pemberian Bubur Tempe. Target kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu yang mempunyai anak Balita di wilayah Gendengan, Wirun,

Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo dan luaran yang diharapkan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Peserta penyuluhan yang terdiri dari ibu-ibu

yang mempunyai balita mampu memahami tentang penyakit diare.

Peserta dapat mempunyai ketrampilan pembuatan bubur tempe untuk penanganan diare.

### **METODE PELAKSANAAN**

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan menggunakan metode Penyuluhan/ pendidikan kesehatan tentang penyakit diare dan Demonstrasi tentang cara membuat Bubur Tempe dengan media dan bahan pembuatan bubur tempe. Media dan bahan pembuatan bubur tempe antara lain blender, tempe kukus, garam, gula air, mentega, sendok dan mangkuk. Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 27 Februari 2018. Pemberian penyuluhan

Kesehatan tentang Diare meliputi: pengertian, penyebab, tanda gejala, komplikasi, dan penatalaksanaan. Metode demonstrasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pembuatan bubur tempe.

## HASIL PEMBAHASAN

Pada kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilakukan pada hari Selasa tanggal 27 Februari 2018 di rumah warga di Desa Gendengan Wirun Kecamatan Mojolaban Sukoharjo. Kegiatan pengabdian masyarakat diikuti oleh 35 orang. Tema penyuluhan yang disampaikan adalah tentang Penanganan Diare pada Balita dengan Bubur Tempe. Pelaksanaan penyuluhan kesehatan dimulai kurang lebih pukul 18.30 sampai dengan pukul 20.00. Dalam kegiatan penyuluhan tersebut di dampingi oleh ibu Ketua RW III Desa Wirun Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo sebagai pembuka acara. Peserta penyuluhan sebelumnya telah mendapat undangan dari tim pengabdian masyarakat untuk mengikuti penyuluhan kesehatan tentang Penanganan Diare pada Balita di Desa Wirun Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo. Jumlah peserta yang diundang sebanyak 35 orang, semua peserta hadir dalam kegiatan penyuluhan. 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. Materi penyuluhan berupa presentasi dan demonstrasi tentang Penanganan Diare pada Balita dengan Bubur Tempe untuk Penanganan Diare pada Balita dan memberikan kesempatan pada peserta untuk mendemonstrasikan ulang. Selanjutnya dilakukan pembagian doorprize bagi peserta yang aktif dalam mengikuti kegiatan. Kegiatan pembagian doorprize dibantu fasilitator (mahasiswa). Sebagai penutup kegiatan dilakukan foto bersama antara tim penyuluh dan peserta.

Peserta yang menghadiri kegiatan pengabdian masyarakat pada awal kegiatan mayoritas mengatakan belum mengetahui penanganan diare pada balita menggunakan bubur tempe dan apa kandungan tempe sehingga dapat mengurangi diare. Secara teori,

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

Pemberian pendidikan kesehatan kepada masyarakat merupakan suatu proses yang menjembatani kesenjangan antara informasi dan perilaku kesehatan, kemudian melakukan tindakan yang sesuai dengan informasi yang didapatkan tersebut agar sasaran pendidikan kesehatan menjadi lebih memahami dan dapat menerapkan ilmu pengetahuannya kepada keluarganya maupun masyarakat sekitarnya sehingga status kesehatan masyarakat meningkat. Tujuan utama pendidikan kesehatan 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 sehat dan kesejahteraan masyarakat (Mubarak & Chayatin, 2009) Pemberian pendidikan kesehatan tentang penanganan diare dengan pemberian bubur tempe telah membuktikan bahwa kemampuan

masyarakat meningkat setelah diberikan penyuluhan. Masyarakat memahami materi yang telah disampaikan dan Masyarakat mampu melakukan demonstrasi ulang dalam pembuatan bubur tempe.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang penanganan diare pada balita dengan bubur tempe telah dilaksanakan pada tanggal 27 Februari 2018 di Desa Gendengan, Wirun, Kecamatan Gendengan, Kabupaten Sukoharjo. 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 ketrampilan 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 menindaklanjuti dengan pemberian makanan tambahan pada anak yang mengalami diare pada saat posyandu.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Balitbang Kemenkes RI, (2013), *Riset Kesehatan Dasar Tahun 2013*, diunduh dari <http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Risesdas%202013.pdf> (27 Desember 2017)
- Hartiningrum, S.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 Desember 2017)



- Ichwan, M, Nani Y, Putu 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 Oleo  
<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/Buletin%20Diare\\_Final%281%29.pdf](http://www.depkes.go.id/downloads/Buletin%20Diare_Final%281%29.pdf)  
diakses 27 Desember 2017
- Mubarak, W, I & Chayatin, N (2009). *Ilmu Keperawatan Komunitas Pengantar dan Teori*. Jakarta : Salemba Medika.
- Rahmad, H.N, Endang Z.S, 2017, *Upaya Pencegahan Diare Berulang Pada Anak Usia Toodler*. Tugas Akhir, Universitas Muhammadiyah Surakarta.  
<http://eprints.ums.ac.id/52271/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf> diakses 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*, diunduh dari <http://eprints.ums.ac.id/45454/27/NASKAH-2.pdf> (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*. Diunduh dari <https://www.hindawi.com/journals/ipid/2008/175285/> (27 Desember 2017)
- World Health Organization*. (2013). *Diarrhoeal disease*. <http://www.who.int>.  
Diakses  
27 Desember 2017