

**FOOD RECALL AND SCREENING SEBAGAI LANGKAH AWAL PENCEGAHAN KEKURANGAN GIZI PADA KARYAWAN PT BINA LESTARI**

**Zulfitrawati<sup>1</sup>, Nurhidayah Tiasya Sanas<sup>2</sup>, Irintiana Murib<sup>3</sup>**

*<sup>1</sup>ITEKES Tri Tunas Nasional*

*\*Alamat korespondensi : Email : zulfitrawati@tritunas.ac.id*

**Abstrak**

Pekerja merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap produksi, disamping faktor lain yang menunjang proses produksi seperti keterampilan, waktu dan modal yang dimiliki. Pekerja sama halnya dengan masyarakat umum yang berhak untuk mendapatkan persamaan hak-hak dasar, salah satunya hak untuk dapat hidup sehat. Beragamnya masalah gizi tenaga kerja adalah tantangan yang harus dihadapi dan dikendalikan seoptimal mungkin. Keberadaan gizi kerja penting karena status gizi akan merepresentasikan kualitas fisik serta imunitas pekerja, sebagai komponen zat pembangun dan masukan energi ketika tubuh merasa lelah akibat bekerja, serta dapat meningkatkan motivasi atau semangat dalam bekerja yang akan menentukan produktivitas kerja. Food recall merupakan salah satu metode Survey Konsumsi makanan secara kuantitatif. Metode kuantitatif menghasilkan data mengenai apa dan jumlah makanan yang dikonsumsi oleh seseorang. Kata kunci : Food Recall, screening, kekurangan gizi

**PENDAHULUAN**

PT. Bina Lestari adalah perusahaan yang bergerak di bidang jasa konsultasi lingkungan. Berdiri sejak tahun 2008, PT. Bina Lingkungan Lestari sangat mengutamakan kualitas mutu dalam penulisan dokumen lingkungan. PT. Bina Lingkungan Lestari sebagai perusahaan yang bergerak di bidang jasa konsultan lingkungan telah menerapkan sistem Terintegritas dan Terpercaya dengan memperhatikan kebutuhan customer dan prinsip pelestarian fungsi lingkungan hidup yang berkelanjutan dan berwawasan lingkungan.

Mencegah kekurangan gizi pada karyawan dengan Food Recall dan Screening dapat membantu menjaga kesehatan karyawan dan meningkatkan produktivitas mereka. Food recall dilakukan melalui Pemeriksaan Kualitas Makanan, Pemantauan Penyedia Makanan, Pelacakan Makanan, Evaluasi Menu, sedangkan screening gizi dilakukan melalui Pengukuran Status Gizi,

Kuesioner dan Wawancara, Analisis Nutrisi, Rujukan Ahli Gizi, dan Edukasi Gizi.

**TUJUAN**

Tujuan kegiatan ini adalah sebagai langkah awal pencegahan kekurangan gizi pada karyawan PT Bina Lestari.

---

## **METODE**

Kegiatan Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini terbagi menjadi tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan tahap monitoring. Berikut adalah rincian tiap tahapan yang akan dilaksanakan:

### 1. Tahap Persiapan

Penyusunan proposal kegiatan sosialisasi

Penyusunan proposal dilakukan agar kegiatan yang dilaksanakan menjadi lebih teratur dan terarah. proposal ini meliputi semua hal-hal yang bersifat teknis, manajerial dan penjadwalan (*time schedule*).

Penyusunan materi penyuluhan tentang Food Recall and Screening sebagai langkah awal pencegahan kekurangan gizi pada karyawan.

### 2. Tahap Pelaksanaan

Penyuluhan tentang Food Recall and Screening sebagai langkah awal pencegahan kekurangan gizi pada karyawan, berupa penjadwalan sesi penyuluhan, pelibatan semua pihak yang terkait, Presentasikan Temuan permasalahan, Diskusi Terbuka, Perkenalan Solusi yang Diusulkan.

### 3. Tahap Evaluasi

Tahap Monitoring dan Evaluasi. Monitoring dilakukan secara intensif oleh tim pelaksana setiap kegiatan berlangsung untuk memastikan agar pelaksanaan kegiatan dapat berjalan sesuai rencana. Evaluasi dilakukan sejalan dengan monitoring, sehingga jika ada kendala akan segera diselesaikan. Evaluasi dilakukan setiap tahap kegiatan, adapun rancangan evaluasi memuat uraian bagaimana dan kapan evaluasi akan dilakukan, kriteria, indikator pencapaian tujuan, dan tolok ukur yang digunakan untuk menyatakan keberhasilan dari kegiatan yang dilakukan.

## **HASIL**

Kegiatan penyuluhan Food Recall and Screening merupakan langkah awal pencegahan kekurangan gizi pada karyawan di PT Bina Lestari Jakarta Selatan yang dibawakan oleh Dosen Program Studi Gizi Institut Teknologi dan Kesehatan Tri Tunas Nasional secara umum berjalan lancar. Pihak manajemen PT Bina Lestari membantu mempersiapkan tempat dan mengkoordinir karyawan. Tempat yang digunakan adalah ruang pertemuan PT Bina Lestari.

Tahapan dalam kegiatan kegiatan ini terdiri dari :

### 1. Persiapan

- Berkoordinasi dengan pihak manajemen PT Bina Lestari terkait karyawan yang akan diikutkan kegiatan sosialisasi

- 
- Mempersiapkan Materi yaitu gambaran umum mengenai permasalahan gizi pada karyawan serta metode food recall and screening untuk mencegah kekurangan gizi pada karyawan.

## 2. Kegiatan Penyuluhan

- Kegiatan penyuluhan dibuka dengan perkenalan narasumber dan pemberian materi penyuluhan

## 3. Diskusi dan Pertanyaan

- Peserta penyuluhan mengajukan pertanyaan terkait materi penyuluhan yang dipaparkan dan narasumber menjawab pertanyaan dari peserta.

## 4. Evaluasi dan Pengulangan:

- Evaluasi: Evaluasi efektivitas sosialisasi dengan mengumpulkan umpan balik dari masyarakat. Identifikasi hal-hal yang perlu diperbaiki.
- Pengulangan Aktivitas: Lakukan pengulangan aktivitas secara rutin untuk memastikan keterbukaan anak terhadap informasi terkait food recall and screening untuk mencegah kekurangan gizi pada karyawan.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan Food Recall and Screening sebagai langkah awal pencegahan kekurangan gizi pada karyawan memanfaatkan berbagai aspek ilmu pengetahuan dan teknologi (iptek) untuk mencapai hasil yang efektif

## **SARAN**

### 1. Pemantauan Perkembangan:

Melakukan pemantauan berkala terhadap pola makan karyawan dan status gizi mereka.

Memeriksa perubahan dalam asupan nutrisi dan kesehatan karyawan.

### 2. Evaluasi Program:

Mengevaluasi efektivitas program intervensi dan rekomendasi yang telah dilaksanakan.

Mengumpulkan umpan balik dari karyawan tentang program nutrisi.

### 3. Konsultasi Lanjutan:

Menyediakan sesi konsultasi lanjutan dengan ahli gizi untuk memastikan karyawan tetap berada di jalur yang benar. Menyesuaikan rekomendasi nutrisi sesuai dengan perkembangan karyawan.

---

## REFERENSI

1. Adriani, M. dan Wirjatmadi, B. 2012. Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Jakarta: Kencana.
2. Almatsier Sunita. 2009. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Cetakan ke VII. PT Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.
3. Asmawati. 2013. Studi Validasi Semi-quantitative Food Frequency Questionere (FFQ) dan Food Recall 24 Jam Terhadap Asupan Zat Gizi Makro Ibu Hamil di Puskesmas Kassi Kota Makasar. Universitas Hassanudin.
4. Bintarti, T. W., & Lestari dr, M. W. 2018. Pengukuran Antropometri dan Perhitungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Masyarakat Sekitar Pondok Pesantren AL Hidayah Sondriyan Majasem Kendal Ngawi. *Community Development Jurnal*. doi:<https://doi.org/10.33086/cdj.v2i.711>
5. Departemen Kesehatan RI. (2003). Gizi Dalam Angka. Jakarta: depkes RI.
6. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Diakses dari URL: [https://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdasKemenkes.\(2021\).BukuSakuHasilStudiGiziIndonesia\(SSGI\)TingkatNasional,Provinsi,danKabupaten/KotaTahun2021.InAngewadteInternasionalEdition,Vol,6\(11\),951-952.2018.pdf](https://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdasKemenkes.(2021).BukuSakuHasilStudiGiziIndonesia(SSGI)TingkatNasional,Provinsi,danKabupaten/KotaTahun2021.InAngewadteInternasionalEdition,Vol,6(11),951-952.2018.pdf)
7. Harjatno, T., Par'i, H., & Wiyono, S. (2017). Buku Ajar Penilaian Status Gizi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
8. Harjatno, T., Par'i, H., & Wiyono, S. (2017). Penilaian Status Gizi. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
9. Kemenkes RI. (2021). Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2021.
10. Kemenkes RI. (2022). Buku Saku Hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) tingkat Nasional, Provinsi, dan Kabupaten/Kota Tahun 2022.
11. Supriasa, I., Kusharto, & Clara. (2014). Survey Konsumsi Gizi. Yogyakarta: Graha Ilmu
12. WHO. (2015). Stunting in Nutshell, World Health Organization. Diakses dari URL: [https://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj\\_stunted\\_videos/en/](https://www.who.int/nutrition/healthygrowthproj_stunted_videos/en/)