

OPTIMALISASI ASUPAN GIZI MASYARAKAT PASCA BANJIR BANDANG MELALUI PROGRAM BUBUR BERGIZI DI DESA GEUDHAM KECAMATAN MANYAK PAYED KABUPATEN ACEH TAMIANG

**Cici Maulida¹⁾, Triami Lestari²⁾, Riska Amelia³⁾, Umi Amanah⁴⁾,
Afrahun Naziah⁵⁾, Zahra Fonna⁶⁾**

^{1,2,3,4,6)}Fakultas Pertanian, Universitas Samudra
⁵⁾Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Samudra
cicimaulida@unsam.ac.id

Abstract

Aceh Tamiang Regency is highly vulnerable to flooding, with Geudham Village experiencing significant impacts, including infrastructure damage and disrupted food access. Post-disaster conditions increase the risk of nutritional decline and infectious diseases, particularly among vulnerable groups such as toddlers, pregnant women, and the elderly. This community service program aims to optimize the nutritional intake of the Geudham Village community by providing nutritious porridge that is practical and safe to consume in emergency situations. The program's implementation methods include intra-agency coordination, priority target setting, nutritious porridge preparation, distribution, balanced nutrition education, and monitoring and evaluation. This activity involves collaboration between the Samudra University academic team, health workers, and village officials to ensure program accuracy and sustainability. Expected outcomes include adequate nutritional intake for affected communities, improved understanding of post-disaster family nutrition, and the development of a replicable village-based nutrition intervention model. Through this program, it is hoped that community nutrition needs will be optimally met as part of efforts to restore quality of life and strengthen family food security after the flood.

Keywords: Flood, Nutritious Porridge, Geudham Village, Nutrition, Post-Flood.

Abstrak

Kabupaten Aceh Tamiang mempunyai tingkat kerentanan tinggi terhadap bencana banjir, salah satunya Desa Geudham yang mengalami dampak signifikan berupa kerusakan infrastruktur dan terganggunya akses pangan. Kondisi pasca bencana menjadi pemicu risiko penurunan status gizi dan penyakit infeksi, terutama pada kelompok rentan seperti balita, ibu hamil, dan lansia. Program pengabdian ini bertujuan untuk mengoptimalkan asupan gizi masyarakat Desa Geudham melalui pemberian bubur bergizi yang praktis dan aman dikonsumsi dalam situasi darurat. Metode pelaksanaan program meliputi koordinasi intra, penetapan sasaran prioritas, persiapan bubur bergizi, pendistribusian, edukasi gizi seimbang, serta pemantauan dan evaluasi. Kegiatan ini melibatkan kolaborasi antara tim akademis Universitas Samudra, tenaga kesehatan, dan perangkat desa untuk menjamin ketepatan sasaran dan keberlanjutan program. Hasil yang diharapkan mencakup tersedianya asupan nutrisi yang memadai bagi masyarakat terdampak, meningkatkan pemahaman gizi keluarga pascabencana, serta terbentuknya model intervensi gizi berbasis desa yang dapat direplikasi. Melalui program ini, pemenuhan gizi masyarakat diharapkan tercapai secara optimal sebagai bagian dari upaya pemulihan kualitas hidup dan penguatan ketahanan pangan keluarga pascabanjir.

Keywords: Banjir Bandang, Bubur Bergizi, Desa Geudham, Gizi, Pasca Banjir.

PENDAHULUAN

Kabupaten Aceh Tamiang merupakan salah satu wilayah di Provinsi Aceh yang memiliki tingkat kerentanan tinggi terhadap bencana banjir. Secara geografis, wilayah ini dilalui oleh sejumlah sungai besar yang bermuara ke kawasan pesisir, sehingga sangat dipengaruhi oleh curah hujan yang tinggi dan kondisi pasang air. Desa Geudham, Kecamatan Manyak Payed termasuk salah satu wilayah yang mengalami dampak signifikan. Bencana banjir bandang di lokasi tersebut tidak hanya menyebabkan kerusakan rumah dan fasilitas umum, tetapi juga memutus akses transportasi yang melumpuhkan aktivitas ekonomi masyarakat.

Kondisi pascabencana ini berdampak langsung pada pemenuhan kebutuhan dasar, terutama pangan. Kelompok rentan seperti balita, ibu hamil, ibu menyusui, dan lansia mengalami keterbatasan akses terhadap makanan bergizi karena rusaknya persediaan bahan pangan dan sarana memasak. Saat ini, masyarakat cenderung hanya bergantung pada bantuan darurat yang sering kali minim variasi dan rendah nutrisi. Situasi tersebut meningkatkan risiko penurunan status gizi, anemia, serta malnutrisi, yang diperburuk oleh potensi penyakit infeksi seperti diare dan gangguan pencernaan akibat keterbatasan air bersih. Selain faktor kesehatan, penurunan daya beli akibat terhentinya sektor pertanian dan perikanan membuat masyarakat kesulitan memperoleh bahan pangan sumber protein secara mandiri. Berdasarkan hasil observasi lapangan, permasalahan utama yang dihadapi mitra adalah belum optimalnya pemenuhan kebutuhan gizi masyarakat pascabencana serta rendahnya

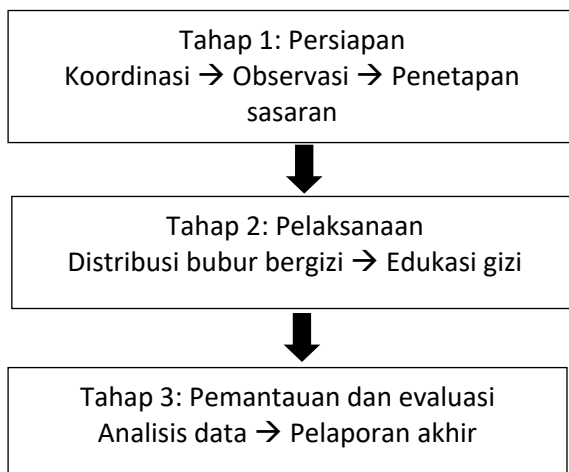
pemahaman terkait pola konsumsi makanan bergizi dalam situasi darurat.

Upaya penanganan permasalahan tersebut memerlukan solusi yang praktis dan adaptif terhadap kondisi lapangan. Salah satunya alternatif yang dapat dilakukan adalah pemberian bubur bergizi, yang menjadi solusi efektif dalam intervensi gizi pada kondisi darurat. Kurangnya pengetahuan mengenai pemilihan makanan yang aman dan sehat di masa pemulihan juga menjadi kendala dalam menjaga ketahanan gizi keluarga. Dalam kondisi tersebut, ketersediaan makanan bergizi siap saji menjadi kebutuhan yang sangat mendesak untuk memastikan masyarakat tetap memperoleh asupan nutrisi tanpa bergantung pada fasilitas memasak yang belum pulih. Program pengabdian ini hadir sebagai intervensi cepat melalui program “Bubur Bergizi”. Pemilihan bubur didasarkan pada efektivitasnya yang mudah dikonsumsi oleh semua kelompok usia, dapat diformulasikan dengan bahan lokal, serta mampu menyediakan nutrisi makro dan mikro secara seimbang. Melalui kolaborasi dengan tenaga kesehatan dan perangkat desa, kegiatan ini bertujuan untuk mengoptimalkan asupan gizi masyarakat terdampak, meningkatkan daya tahan tubuh, serta memberikan edukasi mengenai pola konsumsi sehat pascabencana di Desa Geudham. Keterlibatan akademisi, mahasiswa, serta mitra lokal dalam kegiatan ini diharapkan mampu menciptakan sinergi yang efektif dalam penanganan masalah gizi pascabencana.

METODE

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan sistematis (*community-based approach*) yang

dirancang untuk mengatasi permasalahan gizi di wilayah terdampak banjir secara efektif dan terukur, yang dilaksanakan pada tanggal 16 Februari 2026. Kegiatan dipusatkan di Desa Geudham, Kecamatan Manyak Payed, Kabupaten Aceh Tamiang, dengan melibatkan sinergi antara akademisi, tenaga kesehatan, dan perangkat desa. Pendekatan ini dipilih karena dinilai efektif dalam menjawab permasalahan nyata di lapangan serta meningkatkan keberlanjutan program melalui kolaborasi dan pemberdayaan masyarakat. Berikut bentuk partisipasi mitra secara spesifik adalah: (a) perangkat desa berperan dalam penentuan sasaran, menyepakati lokasi, jadwal, dan penyedia mobilitas masyarakat, (b) tenaga kerja berperan dalam menentukan kondisi kesehatan kelompok rentan, mengedukasi gizi, serta pemantauan kondisi penerima manfaat. Pelaksanaan kegiatan mengikuti alur sistematis yang terdiri dari beberapa tahapan utama, yang disajikan pada gambar 1.



Gambar 1. Bagan Alur Penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dengan melibatkan tenaga kesehatan dan perangkat desa sebagai mitra dalam

mendukung pelaksanaan kegiatan di lapangan. Sasaran kegiatan difokuskan pada kelompok rentan, yaitu balita, ibu hamil, ibu menyusui, dan lansia.

Tahap Persiapan

Pelaksanaan awal kegiatan dilakukan dengan tahap koordinasi bersama mitra lokal di Desa Guedham, yaitu Babinsa dan perangkat desa. Guna memperoleh informasi awal terkait kondisi masyarakat terdampak banjir serta menyusun rencana pelaksanaan kegiatan. Selanjutnya, dilakukan observasi lapangan untuk mengidentifikasi kondisi nyata masyarakat, khususnya terkait ketersediaan pangan, akses makanan bergizi. Sinergi ini berhasil memetakan wilayah-wilayah yang paling terdampak banjir bandang serta mengidentifikasi kelompok rentan yang membutuhkan intervensi gizi segera. Berdasarkan validasi data di lapangan, tim menetapkan balita, ibu hamil, ibu menyusui, dan lansia sebagai sasaran prioritas. Hal ini dilakukan untuk memastikan bahwa sumber daya yang terbatas dapat tersalurkan secara tepat sasaran kepada mereka yang memiliki risiko kesehatan tertinggi akibat malnutrisi pascabencana.

Dari data observasi yang diperoleh akan digunakan sebagai dasar dalam menentukan jumlah bantuan, lokasi distribusi, serta strategi pelaksanaan kegiatan. Hasil pendataan menunjukkan terdapat 72 balita dan anak-anak, 15 ibu hamil, 28 ibu menyusui, dan 35 lansia yang masuk dalam daftar penerima manfaat. Pendataan dilakukan bersama mitra agar memperoleh data yang akurat. Pendekatan ini penting untuk memastikan bahwa intervensi yang diberikan sesuai dengan kebutuhan nyata masyarakat serta berbasis pada kondisi faktual di lapangan. Dengan demikian tahap persiapan menjadi

andasan utama dalam mendukung keberhasilan pelaksanaan kegiatan pengabdian secara keseluruhan.

Tahap pelaksanaan

Setelah koordinasi bersama mitra, tahap selanjutnya adalah pelaksanaan kegiatan inti berupa pembagian bubur bergizi. Bubur dipilih sebagai instrumen intervensi karena teksturnya yang embut dan mudah dicerna, sehingga sangat sesuai untuk kelompok rentan yang mengalami penurunan kondisi kesehatan. Bubur yang dibagikan merupakan makanan siap saji yang telah disiapkan sebekumnya sehingga dapat langsung dikonsumsi oleh masyarakat.

Komposisi bubur bergizi yang didistribusikan terdiri atas beras, lauk hewani (ikan atau ayam), sayuran hijau, dan ikan nabati, yang secara keseluruhan memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi makro esensial. Pemilihan bentuk makanan semi padat seperti bubur sangat efektif karena memiliki daya cerna yang baik. Penyaluran dilakukan secara tertib melalui titik-titik kumpul yang telah disepakati untuk menjangkau warga secara merata. Penyaluran difokuskan pada kelompok rentan dan dilakukan di titik distribusi yang mudah dijangkau. Hasil pelaksanaan kegiatan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Capaian Indikator Keberhasilan

Indikator	Target	Hasil	Ketercapaian
Distribusi tepat sasaran	100%(140)	150 orang (100%)	Tercapai
Jumlah porsi bubur didistribusikan	150 porsi	150 porsi (100%)	Tercapai
Tingkat partisipasi masyarakat	100%	100%	Tercapai

Peningkatan skor pengetahuan	Minimal 20%	28,5 %	Tercapai
------------------------------	-------------	--------	----------

(sumber: Hasil survey penulis tahun 2026)

Berdasarkan Tabel 1, capaian indikator keberhasilan menunjukkan hasil yang memuaskan. Distribusi dilakukan secara langsung kepada masyarakat terdampak dengan melibatkan mitra untuk memastikan ketepatan sasaran. Penyaluran difokuskan pada kelompok rentan dan dilakukan di titik yang mudah dijangkau. Total sebanyak 150 porsi bubur bergizi berhasil didistribusikan dalam satu hari pelaksanaan (16 Februari 2026), dengan tingkat ketercapaian sasaran 100% dari daftar penerima manfaat. Bukti dokumentasi pembagian bubur bergizi dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Proses pemberian bubur

Bersamaan dengan distribusi makanan, tim memberikan edukasi praktis mengenai pentingnya pemenuhan gizi seimbang pascabencana. Edukasi ini dilakukan untuk mengubah pola konsumsi masyarakat agar lebih memperhatikan aspek nutrisi mikro dan makro dari bahan pangan bantuan yang tersedia. Hasil evaluasi pengetahuan gizi menunjukkan peningkatan yang signifikan. Peningkatan mencapai target yang ditetapkan (20%). Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa

metode edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang gizi seimbang. Temuan ini sejalan dengan penelitian Hidayat et al. (2024) yang menunjukkan bahwa edukasi gizi berbasis demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat hingga 25%. Pendampingan pemberian bubur bergizi dilakukan oleh tenaga kesehatan dan perangkat desa dalam memastikan pemanfaatan bantuan berjalan dengan efektif. Keterlibatan mitra dalam pendampingan dinilai penting untuk meningkatkan keberlanjutan program serta memperkuat kapasitas masyarakat dalam memenuhi kebutuhan gizi secara mandiri.



Gambar 3. Tim PKM dan Masyarakat

Tahapan pemantauan dan evaluasi kegiatan

Tahap akhir dilakukan melalui pemantauan berkala terhadap respons masyarakat dan dampak jangka pendek dari pemberian bubur bergizi. Evaluasi dilakukan untuk mengukur efektivitas metode penyaluran serta tingkat penerimaan masyarakat terhadap rasa dan kemasan produk pangan yang diberikan. Untuk mengukur tingkat keberhasilan program pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan. Pelaksanaan evaluasi diawali sejak tahap persiapan koordinasi dengan mitra, yang melibatkan perangkat desa beserta tenaga kesehatan. Pada tahap tersebut program pemenuhan gizi pascabencana

dengan bubur bergizi, menjelaskan manfaat kegiatan ini kepada mitra mulai dari tahapan utama, sasaran penerima manfaat, serta peran dari masing-masing mitra dalam mendukung kelancaran program.

Berdasarkan hasil evaluasi, kegiatan pengabdian ini menunjukkan hasil yang positif. Seluruh indikator tercapai. Masyarakat juga merespon dengan baik dan antusias dalam menerima bantuan yang diberikan. Keterlibatan aktif mitra menjadi faktor pendukung dalam keberhasilan pelaksanaan kegiatan secara keseluruhan. Sehingga program ini dapat dikatakan berhasil dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan, serta memberikan kontribusi nyata dalam mendukung pemulihan kondisi masyarakat pascabencana.

Selain capaian yang diperoleh, terdapat juga beberapa tantangan yang dihadapi dilapangan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Salah satu kendala utama adalah keterbatasan waktu pelaksanaan, sehingga kegiatan distribusi harus dilakukn secara efisien dalam durasi yang relatif singkat. Selain itu jumlah masyarakat yang hadir diluar dari perkiraan, sehingga tim membutuhkan penyesuaian data agar bantuan tersalurkan kepada mitra kelompok rentan sesuai target prioritas. Tantangan tersebut menjadi evaluasi untuk perbaikan pelaksanaan kegiatan serupa di masa mendatang agar lebih optimal dan terencana.

SIMPULAN

Program pengabdian masyarakat melalui optimalisasi asupan gizi pascabanjir di Desa Geudham telah berhasil dilaksanakan melalui pendekatan yang sistematis dan kolaboratif. Berdasarkan rangkaian kegiatan yang telah dilakukan, dapat

disimpulkan bahwa intervensi pemberian bubur bergizi merupakan solusi pangan darurat yang efektif, responsif, dan adaptif bagi masyarakat terdampak bencana. Pemilihan bubur sebagai instrumen utama terbukti tepat karena memiliki daya cerna yang baik dan kandungan nutrisi yang lengkap, sehingga mampu memenuhi kebutuhan gizi kelompok rentan seperti balita, ibu hamil, ibu menyusui, dan lansia dalam situasi keterbatasan area memasak.

Pelaksanaan program yang dibagi ke dalam tiga tahapan utama-persiapan melalui koordinasi mitra-pelaksanaan melalui distribusi dan edukasi gizi-serta pemantauan dan evaluasi- sangat menjamin ketepatan sasaran dan efektivitas intervensi. Keterlibatan aktif mitra lokal seperti perangkat desa dan tenaga kesehatan memperkuat keberhasilan distribusi bantuan hingga ke wilayah yang sulit dijangkau. Meskipun memiliki keterbatasan dalam durasi bantuan, program ini menawarkan model intervensi gizi darurat yang praktis dan dapat direplikasi untuk meningkatkan kualitas hidup dan ketahanan fisik masyarakat di wilayah rawan bencana. Rekomendasi ke depan adalah perlunya integrasi sistem pemantauan gizi jangka panjang pasca-distribusi untuk memastikan pemulihan kesehatan masyarakat terdampak berjalan secara berkelanjutan dan efisien.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi serta LPPM Universitas Samudra atas pendanaan Pengabdian Kepada Masyarakat Tanggap Bencana ini melalui Surat Keputusan Rektor Universitas Samudra Nomor 79/UN54/P/2026.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Nasional Penanggulangan Bencana. 2025. *Laporan tahunan penanggulangan bencana Kabupaten Aceh Tamiang*. BNPB.
- Hidayat, N., Febrian, M. R., Vilintia, A., Asri, A., Rahmadhanyanti, A. P., Azmi, N., Triani, S., Sabiyya, S., & Vebriansyah, V. 2024. Pengembangan program peningkatan gizi melalui konsumsi bubur sayur untuk masyarakat sebagai upaya meningkatkan pendapatan Ibu Rumah Tangga (IRT) di Kelurahan Kampung Baru Kota Tarakan. *BUDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. *Pedoman kegiatan gizi dalam penanggulangan bencana*. Direktorat Gizi Masyarakat.
- Maniam, S., & Rahayu, S. 2024. Analisis kebutuhan zat gizi makro pada penduduk terdampak banjir di wilayah pesisir. *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia*, 15(2), 112-125.
- Mufida, L., Widyaningsih, T. D., & Maligan, J. M. 2020. Prinsip gizi darurat dan penyusunan menu berbasis bahan pangan lokal untuk situasi bencana. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 8(1), 45-56.
- Nurhayati, E., & Safitri, A. 2023. Karakteristik kelompok rentan dan strategi intervensi gizi pada fase tanggap darurat. *Media Gizi Masyarakat*, 12(4), 301-315.
- Pratama, R., & Handayani, S. 2022. Efektivitas pemberian makanan

semi padat terfortifikasi terhadap pemulihan kondisi fisik penyintas bencana. *Higiene: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 8(1), 10-22.

Putri, A. R., & Setyawati, V. A. V. 2021. Hubungan ketahanan pangan dengan status gizi balita di daerah rawan banjir. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 88-95.