



## MENINGKATKAN PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG PERAN NUTRISI DALAM PENYEMBUHAN LUKA DENGAN METODE CERAMAH DESA TELUK BINJAI

Erika<sup>1</sup>, Rahma Fridayana Fitri<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada, Medan, Indonesia

<sup>2</sup>Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia

### Article Information

#### Article history:

Received September 06, 2024

Approved September 28, 2024

#### Keywords:

Pre-test Knowledge,  
Post-test Knowledge,  
Role of Nutrition,  
Wound Healing,  
Lecture

### ABSTRACT

*Nutrition plays an essential role in every stage of wound healing. Key nutrients such as protein, vitamin C, zinc, vitamin A, and omega-3 fatty acids support tissue formation and regeneration, reduce inflammation, and strengthen the immune system. Adequate water intake is also crucial, as water aids in transporting nutrients and removing waste from wound tissues. Consuming foods rich in these nutrients and maintaining good hydration are essential to accelerate wound healing and reduce infection risk. Specific health conditions, such as diabetes, may require specialized nutritional approaches, necessitating consultations with nutritionists or doctors to create appropriate diet plans. Proper nutritional management not only aids in effective wound healing but also maintains overall health and well-being. Community awareness about the role of nutrition in wound healing needs improvement. Initial encounters indicate a low understanding of nutrition's impact on wound healing among the community. Therefore, educational outreach programs are necessary. An outreach session conducted in Teluk Binjai Village, Kualuh Hilir District, North Labuhanbatu Regency, with 30 participants, showed a significant increase in knowledge. The average pre-test score was 26.73, and the average post-test score was 68.50, demonstrating improved understanding of nutrition's role in wound healing following the session.*

### ABSTRAK

Nutrisi memainkan peran esensial dalam setiap tahap penyembuhan luka. Nutrien kunci seperti protein, vitamin C, zinc, vitamin A, dan asam lemak omega-3 mendukung pembentukan dan regenerasi jaringan, mengurangi peradangan, dan memperkuat sistem imun. Asupan air yang cukup juga sangat penting, karena air membantu dalam transportasi nutrisi dan pengeluaran limbah dari jaringan luka. Mengonsumsi makanan yang kaya akan nutrisi ini dan menjaga hidrasi yang baik adalah langkah penting untuk mempercepat penyembuhan luka dan mengurangi risiko infeksi. Kondisi kesehatan tertentu, seperti diabetes, mungkin memerlukan

pendekatan nutrisi khusus, sehingga konsultasi dengan ahli gizi atau dokter sangat disarankan untuk menyusun rencana diet yang sesuai. Pengelolaan nutrisi yang tepat tidak hanya membantu penyembuhan luka yang efektif tetapi juga menjaga kesehatan dan kesejahteraan secara keseluruhan. Kesadaran masyarakat tentang peran nutrisi dalam penyembuhan luka masih perlu ditingkatkan. Pertemuan awal menunjukkan pemahaman yang rendah tentang dampak nutrisi terhadap penyembuhan luka di kalangan masyarakat. Oleh karena itu, program edukasi melalui penyuluhan sangat diperlukan. Sebuah sesi penyuluhan yang dilakukan di Desa Teluk Binjai, Kecamatan Kualuh Hilir, Kabupaten Labuhan Batu Utara, dengan 30 peserta menunjukkan peningkatan pengetahuan yang signifikan. Nilai rata-rata pre-test adalah 26,73, dan nilai rata-rata post-test adalah 68,50, yang menunjukkan pemahaman yang lebih baik tentang peran nutrisi dalam penyembuhan luka setelah sesi penyuluhan.

---

© 2023 EJOIN

---

\*Corresponding author email: [erika@gmail.com](mailto:erika@gmail.com)

---

## **PENDAHULUAN**

Di era modern yang serba cepat ini, pengetahuan tentang kesehatan seringkali terabaikan, terutama dalam hal nutrisi dan perannya dalam proses penyembuhan. Salah satu aspek kesehatan yang kurang mendapat perhatian adalah pentingnya nutrisi dalam penyembuhan luka. Masyarakat umumnya lebih fokus pada pengobatan medis dan kurang menyadari bahwa nutrisi memegang peran penting dalam mempercepat proses penyembuhan luka. Pendekatan terhadap kesehatan holistik tidak hanya terbatas pada pengobatan ketika sakit, tetapi juga pada pencegahan dan pemulihan, di mana nutrisi memainkan peran kunci. Penelitian telah menunjukkan bahwa nutrisi yang tepat dapat mempercepat penyembuhan luka, mengurangi risiko infeksi, dan meningkatkan kualitas keseluruhan dari proses pemulihan. Nutrisi efektif untuk mempercepat penyembuhan luka perineum (Wellina br Sebayang dan Fitriana Ritonga, 2021). macronutrient maupun micronutrient, keduanya dibutuhkan di dalam tubuh untuk mendukung proses penyembuhan luka Diabetic Foot Ulcer/DFU (Melani Puji Lestari, Niken Safitri Dyan Kusumaningrum, 2021). Namun, masih ada kesenjangan pengetahuan yang signifikan di kalangan masyarakat mengenai peran nutrisi dalam penyembuhan luka.

Program "Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat tentang Peran Nutrisi dalam Penyembuhan Luka" ini dirancang untuk menjembatani kesenjangan tersebut. Melalui serangkaian kegiatan edukatif, kami bertujuan untuk menyebarkan informasi penting tentang bagaimana nutrisi yang seimbang dan tepat dapat membantu dalam proses penyembuhan luka, baik itu luka kecil sehari-hari atau luka yang lebih serius. Kegiatan ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya nutrisi yang baik dalam menjaga kesehatan umum dan mencegah berbagai masalah Kesehatan.

Di tengah-tengah kehidupan masyarakat desa yang seringkali terkait erat dengan aktivitas fisik dan kerja lapangan, masalah luka menjadi hal yang cukup umum. Namun, pengetahuan tentang peran vital nutrisi dalam penyembuhan luka seringkali kurang diperhatikan. Kebanyakan warga desa hanya mengandalkan pengobatan tradisional atau obat-obatan dasar untuk mengatasi luka, tanpa menyadari bahwa nutrisi memiliki peranan penting dalam mempercepat proses penyembuhan dan mencegah infeksi.

Kesehatan dan nutrisi adalah dua hal yang saling berkaitan, terutama dalam konteks penyembuhan luka. Nutrisi yang baik tidak hanya mempengaruhi pemulihan fisik, tetapi juga kekebalan tubuh dan kesehatan secara keseluruhan. Dalam konteks masyarakat desa, di mana akses terhadap informasi kesehatan mungkin terbatas, pentingnya edukasi tentang nutrisi menjadi semakin mendesak.

Melalui survei awal yang dilakukan tim pengabdian dengan mewawancarai beberapa warga di Desa Teluk Binjai menyatakan masih kurang mengerti hal yang berkaitan dengan perawatan luka, apalagi dikaitkan dengan nutrisi. Mereka sudah pernah menerima penyuluhan dari tim kesehatan setempat mengenai gizi, namun mereka ingin mengetahui tentang peran nutrisi dalam penyembuhan luka. Dan masyarakat juga menyampaikan di desa mereka sering mengalami luka baik karena luka lecet akibat naik kendaraan dengan kondisi jalan yang belum baik. Selain itu ada juga yang mengalami luka karena sakit akan tetapi mereka tidak mengerti sakit apa yang menyebabkan luka tersebut.

Melalui inisiatif "Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Desa tentang Peran Nutrisi dalam Penyembuhan Luka", kami bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan warga desa tentang nutrisi yang efektif untuk penyembuhan luka. Program ini menyediakan informasi yang mudah dipahami dan praktis tentang jenis-jenis makanan yang mendukung penyembuhan luka, serta mengedukasi tentang pola makan seimbang yang dapat mendukung kesehatan jangka panjang.

## METODE PELAKSANAAN

Mitra pada pengabdian kepada masyarakat ini adalah masyarakat Dusun 1 Desa Teluk Binjai Kecamatan Kualuh Hilir Kabupaten Labuhanbatu Utara Provinsi Sumatera Utara. Peserta penyuluhan sebanyak 30 orang penduduk desa. Metode pelaksanaan yang ditawarkan dari program pengabdian pada masyarakat ini dibagi menjadi beberapa tahapan yaitu:

1. Tim pengabdian kepada masyarakat ini melakukan peninjauan lokasi daerah mitra;
2. Perencanaan kegiatan yang akan dilakukan. Proses perencanaan meliputi identifikasi kebutuhan masyarakat, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan alternatif jalan keluar untuk setiap kegiatan yang akan dilakukan, membuat pengorganisasian kegiatan. Perencanaan disusun oleh dosen pengusul pengabdian kepada masyarakat;
3. Pelaksanaan kegiatan. Kegiatan berupa pemberian ceramah penjelasan “pemanfaatan nutrisi untuk kesehatan, jenis-jenis luka yang dapat terjadi, dan peran nutrisi dalam penyembuhan luka”;
4. Dilakukan monitoring dan evaluasi setiap kegiatan yang dilakukan. Evaluasi kegiatan edukasi ini dilakukan sebelum ceramah penjelasan materi, anggota tim pengabdian pada masyarakat membagikan lembar pertanyaan, dan peserta diminta untuk mengisi lembar pertanyaan yang merupakan indikator awal pengetahuan masyarakat mengenai nutrisi. Pada akhir pemberian materi, peserta diminta untuk mengisi lembar pertanyaan sebagai indikator peningkatan pengetahuan tentang materi yang dijelaskan.



Gambar 1.a. Peninjauan Lokasi Pengabdian; 1.b. Proses identifikasi kebutuhan, potensi dan kelemahan yang ada pada masyarakat.



Gambar 2. Pelaksanaan Penyuluhan Pengabdian Masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Dusun 1 Desa Teluk Binjai Kecamatan Kualuh Hilir telah berjalan dengan baik. Hal ini terlihat dari apresiasi masyarakat peserta penyuluhan untuk mengikuti acara penyuluhan ini. Masyarakat menyambut dengan antusias kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Peserta Penyuluhan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Percent
Laki-laki	18	60
Perempuan	12	40
Total	30	100

Peserta penyuluhan yang hadir sebanyak 30 orang. Mayoritas jenis kelamin laki-laki. Dari informasi yang didapat bahwa peserta banyak yang berjenis kelamin laki-laki karena di desa tersebut kalau urusan dengan arisan STM mayoritas yang hadir laki-laki. Penyuluhan ini dilakukan saat ada perkumpulan atau Parpunguan/arisan STM Setempat. Anggota STM ini seluruhnya beragama Kristen, karena mereka adalah perkumpulan satu Gereja.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur

Kelompok Umur (Tahun)	Frekuensi	Percent
25 – 35	5	16.67
36 - 45	12	40.00
46 – 55	8	26.66
56 – 65	5	16.67
Total	30	100.00

Peserta yang hadir pada acara arisan STM ini mayoritas umur antara 36 – 45 tahun, dan minoritas adalah umur 25 – 35 tahun dan kelompok umur 56 – 65 tahun masing-masing kelompok umur ini yang hadir adalah 5 orang atau masing-masing 16.67 %.

Tabel 3. Descriptive Statistic Berdasarkan Minimum, Maximun, dan Mean

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretes	30	15	45	26.73	7.843
Postes	30	50	85	68.50	8.320
Valid N (listwise)	30				

Hasil dari deskriptif statistic pretes dan postes ditemukan nilai minimum pada pretes adalah 15, dan nilai minimum pada postes adalah 50. Nilai maksimum pada pretes adalah 45 dan nilai maksimum pada postes adalah 85. rata-rata nilai peserta penyuluhan sebelum di jelaskan materi peran nutrisi dalam penyembuhan luka adalah 26.73, sedangkan pada postes nilai rata-rata adalah 68.50. dapat dilihat adanya peningkatan nilai rata-rata peserta setelah dilakukan penyuluhan. Artinya, peserta penyuluhan semakin memahami dan mengerti mengenai peran nutrisi dalam penyembuhan luka.

Dari hasil pelaksanaan pengabdian dapat dilihat bahwa program penyuluhan yang dilaksanakan di Dusun 1 Desa Teluk Binjai belum seluruhnya terjangkau di karenakan masyarakat yang sibuk bekerja di ladang sebagai petani, yang membuat mereka tidak ada waktu untuk mengikuti penyuluhan. Oleh karena itu pengabdian mengambil inisiatif untuk melaksanakan penyuluhan di malam hari di saat ada kegiatan STM Gereja setempat. Diharapkan kepada penyuluh selanjutnya agar di dapat memberi ceramah dimalam hari di beberapa tempat agar masyarakat dapat terjangkau seluruhnya, sengg diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat mengenai nutrisi dan pen jenis penyuluhan lainnya.

Tim pengabdian melakukan pengolahan data dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dengan menggunakan statistik deskriptif dalam menjelaskan pre-test dan post-test, dan dilanjutkan pengolahan data untuk mengetahui sejauhmana pengetahuan peserta penyuluhan sudah meningkat tentang peran nutrisi dalam penyembuhan luka, dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 4 Distribusi pengetahuan Masyarakat sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan

Paired Samples Statistics					
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pretes	26.73	30	7.843	1.432
	Postes	68.50	30	8.320	1.519

Pada output diperlihatkan hasil statistic deskriptif dari kedua sampel yang diteliti yakni nilai Pre-Test dan Post-Test. Untuk nilai Pre-Test diperoleh rata-rata nilai Pre-Test atau Mean sebesar 26.73. sedangkan untuk nilai Post-Test nilai rata-rata atau Mean 68.50. jumlah peserta penyuluhan yang hadir adalah 30 orang. Untuk nilai Standar Deviasi pada Pre-Test sebesar 7.843, dan Post Pest sebesar 8.320. yang terakhir adalah untuk nilai standar Error Mean untuk

Pre-Test sebesar 1.432 dan untuk Post Test adalah sebesar 1.519. Tim penyuluhan ini hanya mengambil 30 orang peserta karena pada saat dilakukan penyuluhan hanya dihadiri oleh peserta sebanyak 30 orang. Penyuluhan ini dilakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan penyuluhan dengan metode ceramah. Dari nilai rata-rata pre-test (26,73) dan post-test (68,50), dapat dilihat adanya peningkatan rata-rata pengetahuan masyarakat, artinya pengetahuan Masyarakat tentang peran nutrisi dalam penyembuhan luka meningkat setelah dilakukan penyuluhan. Hal ini menunjukkan bahwa dengan memberikan penyuluhan dengan metode ceramah dapat meningkatkan pengetahuan Masyarakat. Pengabdian ini sejalan dengan Nofi Sri Utami dkk, 2021.

Pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di Dusun 1 Desa Teluk Binjai belum semua terjangkau. Oleh karena itu diharapkan kepada perangkat desa atau pemerintah setempat agar lebih mengembangkan dan lebih meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang nutrisi dan peranannya dalam penyembuhan luka.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Nutrisi memainkan peran esensial dalam setiap tahapan penyembuhan luka. Protein, vitamin C, zinc, vitamin A, dan omega-3 fatty acids adalah nutrisi kunci yang mendukung pembentukan dan regenerasi jaringan, mengurangi peradangan, dan memperkuat sistem imun. Asupan air yang cukup juga sangat penting, karena air membantu dalam transportasi nutrisi dan pengeluaran limbah dari jaringan luka. Mengonsumsi makanan yang kaya nutrisi ini dan menjaga hidrasi yang baik adalah langkah penting untuk mempercepat proses penyembuhan luka dan mengurangi risiko infeksi.

Penting untuk diingat bahwa kondisi kesehatan tertentu, seperti diabetes, mungkin memerlukan pendekatan nutrisi khusus. Oleh karena itu, konsultasi dengan ahli gizi atau dokter sangat disarankan untuk menyusun rencana diet yang sesuai. Pengelolaan nutrisi yang tepat tidak hanya membantu dalam penyembuhan luka yang cepat dan efektif tetapi juga memainkan peran penting dalam pemeliharaan kesehatan dan kesejahteraan umum. Layanan Kesehatan desa diharapkan dapat terus meningkatkan layanannya yang dapat mendukung peningkatan pengetahuan bagi Masyarakat demi terwujudnya Masyarakat yang sehat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada yang telah memberi dukungan **financial** terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Ozgok Kangal MK, Regan JP. StatPearls [Internet]. Penerbitan StatPearls; Treasure Island (FL): 1 Mei 2023. Penyembuhan Luka.
- [2] Coger V, Juta N, Rehbock C, Sures B, Nachev M, Barcikowski S, Wistuba N, Strauß S, Vogt PM. Konsentrasi Jaringan Seng, Besi, Tembaga, dan Magnesium Selama Fase Penyembuhan Luka Ketebalan Penuh pada Model Hewan Pengerat. *Biol Jejak Elem Res*. September 2019; 191 (1):167-176.
- [3] Bowden LG, Byrne HM, Maini PK, Moulton DE. Model morfoelastik untuk penutupan luka dermal. *Mekanobiol Model Biomekan*. Juni 2016; 15 (3):663-81.
- [4] Ninan N, Thomas S, Grohens Y. Penyembuhan luka dalam urologi. *Adv Drug Deliv Rev*. 2015 Maret; 82-83 :93-105.
- [5] van Koppen CJ, Hartmann RW. Kemajuan dalam pengobatan luka kronis: tinjauan paten. *Pendapat Ahli Ada Pat*. 2015; 25 (8):931-7.
- [6] Pisarik P. Memilih Air Keran vs. Saline Steril untuk Irigasi Luka. *Saya Dokter Keluarga*. 15 Juli 2016; 94 (2):83-4.

- [7] Moores J. Vitamin C: perspektif penyembuhan luka. *Br J Perawat Komunitas*. Desember 2013; Tambahan : S6, S8-11.
- [8] Park HJ, Lee J, Kim MJ, Kang TJ, Jeong Y, Um SH, Cho SW. Terapi gen intradermal landak sonik menggunakan nanopartikel poli( $\beta$ -amino ester) yang dapat terurai secara hayati untuk meningkatkan penyembuhan luka. *Biomaterial*. Desember 2012; 33 (35):9148-56.