EUMPANG BREUH: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT
Website: https://ejurnalunsam.id/index.php/ebjpm
E-ISSN: 2962-6951 P-ISSN: 2963-4415

Intervensi Gizi Darurat Melalui Distribusi Makanan Bergizi Pada Masyarakat Korban Banjir di Kecamatan Rantau, Aceh Tamiang

Emergency Nutrition Intervention through the Distribution of Nutritious Food for Flood-Affected Communities in Rantau Subdistrict, Aceh Tamiang

Lilis Nurjanah[1], Shadiqa Malahayati[1], Devita Aristya Sri Widya[1], Febby Hadi Setyawan[1], Nur Halimatuz Zuhra[2], Dian Novira Rizva[2], Siti Munawaroh[2], Raihan Dary[2], Putra Fisabilillah Lubis[3], Dian Permata Sari Br Surbakti[3]

[1)]Jurusan Ilmu Perikanan, Program Studi Akuakultur, Fakultas Pertanian, Universitas Samudra, Langsa, Aceh, Indonesia
[2)]Jurusan Ilmu Pertanian, Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Samudra, Langsa, Aceh, Indonesia
[3)] Jurusan Ilmu Pertanian, Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Samudra, Langsa, Aceh, Indonesia

Diterima 2-12-2025, Disetujui 22-12-2025

ABSTRAK

Banjir yang melanda Kecamatan Rantau, Kabupaten Aceh Tamiang berdampak signifikan terhadap kondisi sosial, kesehatan, dan ketahanan pangan masyarakat. Pasca banjir, keterbatasan akses terhadap bahan pangan bergizi menyebabkan kelompok rentan, khususnya anak-anak, ibu hamil, dan lansia, berisiko mengalami gangguan kesehatan dan penurunan status gizi. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan intervensi gizi darurat melalui distribusi makanan bergizi kepada masyarakat korban banjir sebagai upaya pemenuhan kebutuhan gizi dasar dan pencegahan masalah kesehatan pascabencana. Metode pelaksanaan meliputi identifikasi lokasi dan kelompok sasaran, analisis kebutuhan gizi darurat, pendistribusian paket makanan bergizi dan sesuai kondisi darurat, serta edukasi singkat terkait pentingnya asupan gizi seimbang selama masa pemulihan. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa intervensi gizi darurat membantu meningkatkan akses masyarakat terhadap pangan bergizi dan memberikan dukungan awal bagi pemulihan kesehatan kelompok terdampak. Program ini diharapkan dapat menjadi model intervensi gizi sederhana dan aplikatif dalam penanganan bencana banjir di wilayah rawan bencana.

Kata kunci: *Banjir*; *Aceh Tamiang*; *Makanan Bergizi*.

ABSTRACT

Flooding that occurred in Rantau Subdistrict, Aceh Tamiang Regency, had a significant impact on the social, health, and food security conditions of the affected communities. In the post-flood period, limited access to nutritious food increased the risk of health problems and deterioration of nutritional status among vulnerable groups, particularly children, pregnant women, and the elderly. This community service activity aimed to provide emergency nutrition intervention through the distribution of nutritious food to flood-affected communities as an effort to fulfill basic nutritional needs and prevent post-disaster health problems. The implementation methods included identification of locations and target groups, assessment of emergency nutritional needs, distribution of nutritious food packages appropriate for emergency conditions, and brief nutrition education on the importance of balanced dietary intake during the recovery period. The results indicated that emergency nutrition interventions improved community access to nutritious food and provided initial support for the health recovery of affected populations. This program is expected to serve as a simple and practical model for nutrition intervention in flood disaster response in disaster-prone areas.

Keywords: *Flooding*; *Aceh Tamiang*; *Nutritious Food*.

PENDAHULUAN

Indonesia secara geografis berada di titik rawan bencana alam, baik yang bersifat geologi seperti gempa bumi dan tsunami maupun hidrometeorologi, khususnya banjir dan tanah longsor yang menjadi kejadian paling dominan. Variasi morfologi bentang alam dan sungai yang luas memicu banjir rutin setiap musim hujan, terutama di wilayah Indonesia bagian barat karena memiliki intensitas curah hujan yang lebih tinggi dibandingkan wilayah timur (Anggara *et al*. 2019).

Bencana banjir merupakan salah satu permasalahan lingkungan yang secara berulang terjadi di wilayah Kabupaten Aceh Tamiang khususnya Kecamatan Rantau. Menurut Taryana *et al.* (2022), banjir merupakan debit aliran air sungai dimana relatif lebih besar dari keadaan normal akibat hujan yang terus menerus sehingga menggenangi daerah sekitarnya.

Curah hujan dengan intensitas tinggi yang berlangsung dalam periode tertentu menyebabkan meluapnya aliran sungai dan genangan air di kawasan permukiman, lahan pertanian, serta fasilitas umum. Kondisi tersebut mengakibatkan terganggunya aktivitas sosial dan ekonomi masyarakat, kerusakan sarana dan prasarana, serta keterbatasan akses terhadap layanan dasar, termasuk pangan dan kesehatan. Menurut Nadeak

et al. (2024), dampak dari banjir dapat mempengaruhi keadaan ekonomi, aktivitas sosial, kesehatan, rusaknya fasilitas dan kurangnya ketersediaan bahan pangan.

Dampak banjir tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga berimplikasi langsung terhadap ketahanan pangan rumah tangga. Kerusakan lahan pertanian dan pekarangan sebagai sumber pangan keluarga menyebabkan menurunnya ketersediaan bahan pangan, baik dari segi jumlah maupun kualitas. Pada fase pasca bencana, masyarakat umumnya mengalami keterbatasan akses terhadap pangan bergizi dan cenderung bergantung pada bantuan pangan instan yang bersifat sementara. Kondisi ini berpotensi menurunkan kualitas konsumsi pangan serta belum sepenuhnya memenuhi prinsip gizi seimbang.

Keterbatasan asupan pangan bergizi, yang diperparah oleh kondisi sanitasi lingkungan pascabencana yang belum optimal, meningkatkan risiko gangguan kesehatan dan penurunan status gizi masyarakat. Selain itu anak-anak menjadi kelompok yang paling terdampak pasca banjir, keterbatasan pangan pasca banjir menyebabkan pola konsumsi tidak seimbang didominasi oleh makanan rendah zat gizi, tinggi karbohidrat sederhana, dan minim protein, vitamin, serta mineral. Padahal, pada fase pemulihan pascabencana, anak-anak justru membutuhkan asupan gizi yang baik untuk mendukung pertumbuhan, menjaga daya tahan tubuh, serta mencegah risiko penyakit infeksi yang meningkat akibat lingkungan yang tidak higienis. Ketidakcukupan asupan energi, protein, vitamin, dan mineral dalam periode darurat dapat meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi, terutama pada kelompok rentan seperti anak-anak, ibu hamil, dan lansia (Yanti et al. 2025). Oleh karena itu, intervensi gizi yang cepat dan tepat menjadi salah satu upaya penting dalam mendukung pemulihan kondisi kesehatan masyarakat pascabencana.

Berdasarkan permasalahan tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui pembagian makanan siap konsumsi, paket sembako, dan snack bergizi kepada masyarakat terdampak banjir di Kabupaten Aceh Tamiang, khususnya di Kecamatan Rantau. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu memenuhi kebutuhan pangan jangka pendek sekaligus mendukung upaya perbaikan asupan gizi masyarakat pada masa pascabencana. Diharapkan, intervensi ini dapat berkontribusi dalam menjaga status gizi, meningkatkan daya tahan tubuh, serta mendukung pemulihan sosial dan kesehatan masyarakat terdampak banjir.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk intervensi gizi darurat melalui distribusi makanan bergizi kepada Masyarakat terdampak banjir di Kecamatan Rantau, Kabupaten Aceh Tamiang, Provinsi Aceh. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada hari Minggu, 21 Desember 2025 dengan lokasi sasaran yaitu Kecamatan Rantau dengan titik distribusi meliputi Kampung Durian dan Kampung Alur Manis.

Identifikasi Lokasi dan Kelompok Sasaran

Identifikasi lokasi dilakukan melalui koordinasi dengan masyarakat terdampak dan relawan setempat untuk menentukan wilayah yang terdampak banjir dan membutuhkan bantuan pangan darurat. Sasaran kegiatan adalah masyarakat korban banjir di kedua wilayah kampung tersebut dengan prioritas pada kelompok rentan, yaitu anak-anak, ibu hamil dan menyusui, serta lansia.

Analisis Kebutuhan Gizi Darurat

Analisis kebutuhan gizi dilakukan secara cepat (*rapid assessment*) melalui observasi lapangan dan komunikasi dengan masyarakat serta pihak terkait. Hasil analisis menunjukkan perlunya penyediaan makanan siap konsumsi yang memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi makro serta mikro, guna mendukung daya tahan tubuh masyarakat selama masa tanggap darurat banjir.

Penyusunan dan Pengadaan Paket Makanan Bergizi

Berdasarkan hasil analisis kebutuhan, tim pengabdian Menyusun dan menyiapkan 410 porsi makanan bergizi siap konsumsi. Setiap porsi makanan terdiri dari nasi sebagai sumber karbohidrat utama, balado ikan sebagai sumber protein hewani, gulai Nangka dan bihun goreng sebagai lauk pendamping dan sumber energi tambahan, kerupuk sebagai pelengkap, serta buah sebagai sumber vitamin dan mineral. Selain itu juga disiapkan porsi tambahan untuk anak-anak yang berisi telur rebus, susu, dan berbagai cemilan.

Penyusunan menu dilakukan dengan mempertimbangkan keseimbangan gizi, ketersediaan bahan pangan lokal, serta kemudahan distribusi dan konsumsi oleh masyarakat terdampak banjir.



Gambar 1. Penyusunan dan pengadaan paket makanan bergizi

Distribusi Makanan Bergizi

Mekanisme distribusi makanan siap saji di Kecamatan Rantau dilakukan melalui pendekatan langsung (*direct distribution*) untuk menjamin kesegaran dan kualitas nutrisi makanan saat diterima oleh warga.

Penyaluran ini melibatkan kolaborasi antara tim pengabdian dan relawan lokal guna memitigasi kendala aksesibilitas di wilayah terdampak bencana. Strategi ini terbukti efektif dalam memastikan bantuan diterima secara tepat sasaran, di mana tim melakukan verifikasi jumlah pengungsi di setiap titik sebelum penyerahan bantuan dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Upaya penanggulangan bencana didukung oleh Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana. Undang-Undang ini menjadi dasar pembentukan Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) di tingkat pusat dan Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) di tingkat daerah. Penanganan bencana bukan hanya tanggung jawab pemerintah, tetapi juga tanggung jawab masyarakat, lembaga usaha, dan lembaga internasional.

Analisis kebutuhan gizi dilakukan secara cepat (*rapid assessment*) melalui observasi lapangan dan komunikasi dengan masyarakat serta pihak terkait. Hasil analisis menunjukkan perlunya penyediaan makanan siap konsumsi yang memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi makro serta mikro, guna mendukung daya tahan tubuh masyarakat selama masa tanggap darurat banjir. Dengan mekanisme distribusi yang disesuaikan dengan kondisi lapangan, kegiatan ini tidak hanya menjalankan amanat undang-undang dalam memberikan perlindungan sosial, tetapi juga memastikan standar kesehatan masyarakat pengungsi tetap terjaga di tengah keterbatasan fasilitas pascabencana.

Implementasi dari semangat kolaborasi terlihat pada pelaksanaan distribusi makanan siap saji yang dilakukan oleh tim pengabdian bersama relawan di Kecamatan Rantau. Distribusi dilakukan secara langsung di masing-masing lokasi sasaran guna memastikan bantuan diterima secara tepat sasaran sesuai dengan jumlah penerima manfaat di setiap wilayah.

Kegiatan Pembagian Makanan Siap Saji

Kegiatan Pembagian makanan siap saji berupa Nasi Bungkus dilaksanakan pada hari Minggu tanggal 21 Desember 2025 yaitu di Kecamatan Rantau, Aceh Tamiang. Kegiatan ini merupakan bentuk kepedulian dan solidaritas terhadap Masyarakat yang terdampak bencana alam di Aceh Tamiang. Adapun kegiatan pembagian makanan siap saji ini disajikan dalam

Dalam penyajiannya, makanan siap saji ini tetap memperhatikan standar kelayakan konsumsi. Mengingat kondisi lingkungan pasca bencana rentan terhadap penyebaran penyakit, aspek higienitas dalam proses pengemasan nasi bungkus menjadi prioritas utama. Menu yang disajikan diupayakan mengandung komposisi gizi seimbang (karbohidrat, protein, dan serat) guna menjaga imunitas tubuh masyarakat yang sedang menurun akibat stres lingkungan dan cuaca yang tidak menentu. Gambaran kegiatan selama distribusi makanan bergizi disajikan dalam Gambar 2.



Gambar 2. Kegiatan pembagian makanan siap saji berupa nasi bungkus bagi korban banjir di Aceh Tamiang

Distribusi Penyebaran Makanan Siap Saji

Kegiatan penyaluran bantuan makanan siap saji di Kecamatan Rantau, Aceh Tamiang, menunjukkan komitmen nyata dalam pemenuhan hak dasar warga terdampak bencana. Berdasarkan **Tabel 1**, total bantuan yang disalurkan mencapai 410 paket nasi bungkus yang tersebar di empat titik pengungsian utama. Distribusi dilakukan secara merata dengan rincian sebagai berikut:

- Kampung Alur Manis 1 menerima sebanyak 100 paket.
- Kampung Alur Manis 2 menerima sebanyak 100 paket.
- Kampung Durian 1 menerima sebanyak 100 paket.
- Kampung Durian 2 menerima alokasi tertinggi yaitu sebanyak 110 paket.

Secara analisis manajemen logistik bencana, penentuan titik distribusi di Kampung Alur Manis dan Kampung Durian merupakan langkah strategis untuk menjangkau konsentrasi massa di posko pengungsian. Penyaluran makanan siap saji ini sangat krusial karena dalam fase darurat bencana, penyediaan pangan yang cepat (*ready-to-eat*) menjadi prioritas utama untuk mencegah penurunan status gizi dan menjaga daya tahan tubuh pengungsi terhadap penyakit lingkungan (khususnya penyakit yang ditularkan melalui air atau *water-borne diseases*).

Selain aspek fisik, aksi solidaritas ini memiliki dimensi sosial yang kuat. Kehadiran bantuan ini memperkuat modal sosial (*social capital*) di masyarakat, di mana rasa kebersamaan dan kepedulian antar sesama menjadi kekuatan moral bagi para korban untuk bangkit dari masa sulit. Konsistensi dalam membagi bantuan

secara proporsional sesuai kebutuhan di setiap kampung mencerminkan prinsip keadilan dalam distribusi bantuan kemanusiaan.

Tabel 1. Data distribusi penyebaran makanan siap saji bagi korban banjir di Kecamatan Rantau, Aceh Tamiang

No	Titik Distribusi	Jumlah Makanan (Paket)
1	Pengungsi di Kampung Alur Manis 1	100
2	Pengungsi di Kampung Alur Manis 2	100
3	Pengungsi di Kampung Durian 1	100
4	Pengungsi di Kampung Durian 2	110
	Jumlah	410

SIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan ini berhasil mencapai tujuannya dalam meringankan beban jangka pendek masyarakat terdampak melalui bantuan distribusi makanan bergizi pada Kecamatan Rantau, Aceh Tamiang. Kedepannya, sinergi antara relawan dan pemerintah daerah perlu diperkuat untuk memastikan keberlanjutan bantuan hingga masa pemulihan *(recovery*) dimulai.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih kepada pemerintah Kecamatan Rantau, Aceh Tamiang. Ucapan terima kasih disampaikan kepada tim dosen Fakultas Pertanian Prodi Akuakultur, Agroteknologi dan Agribisnis serta seluruh pihak yang membantu pelaksanaan kegiatan ini. Semoga kegiatan yang dilakukan pada pengabdian ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

Anggara, B., Idris, A., & Hasanah, N. (2019). Penanganan Banjir oleh Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) di Kabupaten Berau. *Jurnal Ilmu Pemerintah*, 7(2), 879-90.

Taryana, A., El Mahmudi, M. R., & Bekti, H. (2022). Analisis kesiapsiagaan bencana banjir di Jakarta. *JANE-Jurnal Administrasi Negara*, 13(2), 302-311.

Nadeak, A., A. P. Nugraha, J. Marbun, H. Siregar & Berlianti. (2024). Analisis penyebab dan dampak banjir (studi kasus: Jalan Abdul Hakim, Kelurahan Tanjung Sari, Kota Medan). *Triwikrama : Jurnal Ilmu sosial*, 5(7), 1-5.

Yanti, S. S., Gajah, G. K., & Marniati. (2025). *Kekurangan energi protein pada balita usia 1–3 tahun: literature review*. *Journal of Literature Review*. https://doi.org/10.63822/3kh9d702