

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Pemeriksaan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar di SD Maranatha 01 Kota Semarang

Christina Ary Yuniarti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Semarang, Semarang

Wachid Dachirin

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Semarang, Semarang

Aris Munandar

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Semarang, Semarang

Korespondensi penulis: christinaarie@yahoo.co.id

Article History:

Received: mei, 2023;

Accepted: Juni 29, 2024;

Published: Juli 30, 2024;

Keywords: Educational Information Communication, Clean and Healthy Living Behavior, Nutritional Status.

Abstract: Maintaining health in the school environment can be done through health promotion, where this activity is one of the efforts to create a school into a community that is able to improve the level of public health through three main activities known as TRIAS UKS including: creating a healthy school environment, maintenance and health services in schools and sustainable education efforts. TRIAS UKS is described in PKM activities carried out by lecturers and students. Observations in the field found many problems related to student health. The priority problem of PKM is that many students are sick because of the low level of knowledge of students about PHBS at school, especially regarding the behavior of washing hands with soap (CTBS). The objectives achieved are monitoring PHBS for elementary age students, carrying out follow-up on PHBS counseling related to nutritional status for elementary age students, knowing the progress of counseling on PHBS by conducting follow up on elementary age children at SD Maranatha 01 Semarang. Then proceed with the practice of washing hands with soap (CTBS), measuring body weight and weighing. The results of the activity show that students have knowledge about PHBS and knowledge about nutritional status.

Abstrak

Menjaga Kesehatan di lingkungan sekolah dapat dilakukan dengan promosi kesehatan, dimana kegiatan ini merupakan salah satu upaya dalam menciptakan sekolah menjadi komunitas yang mampu meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui tiga kegiatan utama yang dikenal dengan TRIAS UKS meliputi : menciptakan lingkungan sekolah sehat, pemeliharaan dan pelayanan kesehatan di sekolah serta upaya pendidikan berkesinambungan. TRIAS UKS dijabarkan dalam kegiatan PKM yang dilaksanakan dosen bersama mahasiswa. Observasi di lapangan banyak ditemukannya permasalahan yang berhubungan dengan kesehatan siswa. Prioritas masalah PKM ini banyaknya siswa yang sakit karena rendahnya tingkat pengetahuan para siswa tentang PHBS di sekolah khususnya dalam perilaku mencuci tangan dengan sabun (CTBS). Tujuan yang dicapai adalah Melakukan pemantauan PHBS pada siswa usia dasar, melakukan tindak lanjut penyuluhan PHBS yang berkaitan dengan status gizi pada siswa usia dasar, Mengetahui perkembangan terhadap penyuluhan tentang PHBS dengan melakukan follow up pada anak usia dasar di SD Maranatha 01 Semarang. Metode yang digunakan adalah dengan metode penyuluhan individu dan kelompok serta tanya jawab Bersama para siswa siswi SD Maranatha 01 Kota Semarang. Kemudian dilanjutkan dengan praktik cuci tangan bersama dengan sabun (CTBS), pengukuran berat badan dan penimbangan berat badan. Hasil kegiatan menunjukkan para siswa telah memiliki pengetahuan tentang PHBS dan pengetahuan tentang status gizi.

Kata kunci : KIE (Komunikasi Informasi Edukasi), PHBS (Perilaku hidup bersih dan sehat), status gizi.

PENDAHULUAN

Salah satu tujuan pembangunan nasional di Indonesia adalah meningkatkan kualitas sumber daya manusia sebagai modal dasar pembangunan dimasa mendatang. Tujuan pembangunan nasional tersebut kemudian direalisasikan dalam tujuan pembangunan Milineum Development Goals (MDG) yang kemudian dilanjutkan dengan program Suistanable Development Goals (MDGS). Salah satu target implementasi dari Sustainable Development Goals adalah menurunkan angka kematian anak sampai 25 per 1000 kelahiran hidup dan mengakhiri segala malnutrisi termasuk mencapai target internasional 2025 untuk penurunan masalah gizi pada balita dan anak usia dasar.

Masa pertumbuhan dan perkembangan anak usia dasar sangat pesat, pada masa ini otak anak usia dasar telah siap menghadapi berbagai stimulant dalam belajar terhadap lingkungan sekitar. Sehingga perlunya perhatian pemenuhan gizi yang seimbang. Perilaku hidup bersih dan sehat adalah sekumpulan perilaku untuk memelihara dan mencegah serta melindungi diri dari berbagai ancaman terjadinya penyakit, yang muncul karena tidak sehatnya fisik dan lingkungan sekitar rumah tangga. Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari tidak sehat menjadi sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat perlu ditanamkan sejak usia dasar sehingga pada anak – anak dapat terhindar dari penyakit infeksi menular. Penyebab langsung masalah gizi pada anak adalah ketidak sesuaian antara jumlah gizi yang dikonsumsi dengan jumlah gizi yang diperlukan oleh tubuh. Hal ini menyebabkan gizi tidak terpenuhi dan dapat menyebabkan berbagai macam gangguan seperti malnutrisi maupun obesitas.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Tahun 2013, bahwa prevalensi gizi buruk di Indonesia tahun 2007 (5,4%), tahun 2010 (4,9%), dan tahun 2013 (5,7%). Prevalensi gizi buruk dan kurang pada anak balita sebesar 19,6% sedangkan sasaran Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2019 yaitu 17%. Oleh karena itu prevalensi gizi buruk dan kurang secara nasional harus diturunkan sebesar 2,6% dalam periode 2015 sampai 2019². Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2007 anak usia 6-12 tahun 35% anak sekolah dasar pendek. Riskesdas tahun 2010 prevalensi kependekan 35,6 persen (15,1 persen sangat pendek dan 20 persen pendek), tahun 2013, prevalensi masalah status gizi anak di Indonesia Secara nasional mencapai 19,6 persen, diantara 33 provinsi di Indonesia terdapat 18 provinsi yang memiliki prevalensi gizi buruk dan kurang diatas angka prevalensi nasional yaitu berkisar antara 21,2 persen sampai 33,1 persen.

Berdasarkan survey lapangan, maka dalam rangka Tri Dharma Perguruan Tinggi STIKES Semarang perlunya dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa komunikasi informasi dan edukasi dengan sasaran anak – anak usia dasar di SD Maranatha 01 Kota

Semarang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan dan praktek gerakan cuci tangan pakai sabun (CTPS) melalui 6 langkah cuci tangan yang benar, penimbangan berat badan dan pengukuran tinggi badan anak serta pemantauan konsumsi makanan pada anak – anak di SD Maranatha 01 Semarang tahun 2024.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan melakukan pemeriksaan status gizi anak sekolah sebagai pencegahan terjadinya gizi kurang atau buruk pada anak sekolah, mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat serta mengajarkan cuci tangan enam langkah².

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dalam rangka meningkatkan kualitas anak usia sekolah, dengan memantau status gizi anak, menggunakan metode observasi dan penyuluhan individu dan kelompok. Langkah – Langkah yang dilakukan dalam kegiatan ini adalah:

1. Survey Lokasi Pengabdian

Pemilihan lokasi pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ditentukan berdasarkan pada kepentingan actual. Sebelum menentukan lokasi kegiatan terlebih dahulu dilakukan survey dan menanyakan prosedur pengurusan ijin di tempat tersebut

2. Instrument untuk pelaksanaan kegiatan :

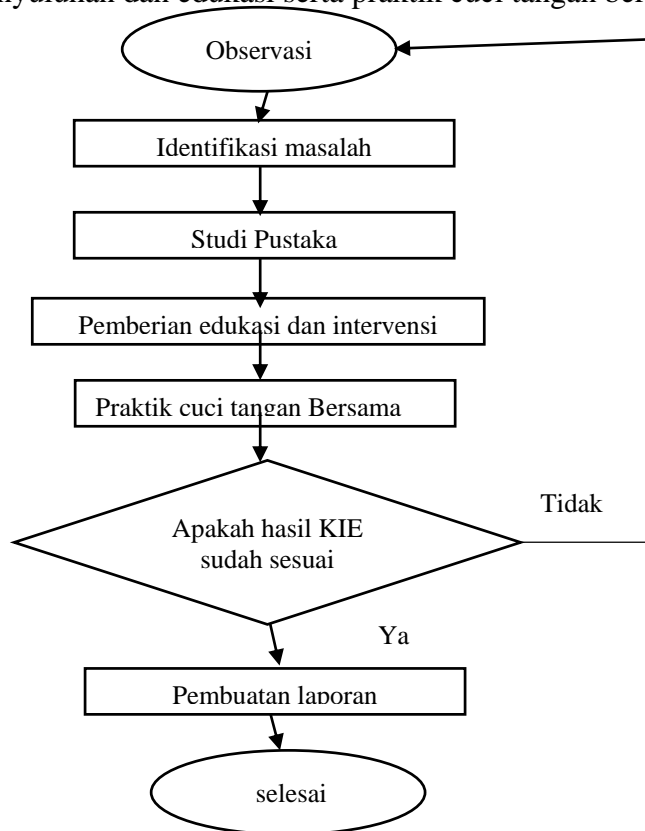
- a. Timbangan
- b. Pengukur Tinggi Badan
- c. Sabun cair
- d. Brosur tentang PHBS dan gizi
- e. Leflet tentang PHBS dan gizi
- f. Poster tentang PHBS dan gizi
- g. Banner tentang PHBS dan gizi
- h. Souvenir
- i. Lembar kartu sehat untuk hasil pemeriksaan

3. Jadwal Kegiatan

No	Uraian kegiatan	Januari	Februari	Maret	April	Mei	Juni
1	Pengurusan perijinan	x					
2	Persiapan pelaksanaan		x				
3	Pelaksanaan penyuluhan		x				
4	Pembuatan laporan						X

4. Pelaksanaan teknis kegiatan

- a. Tanggal/bulan : 16 Februari 2024
- b. Tempat : SD Maranatha 01 Kota Semarang
- c. Sasaran/objek : anak sekolah dasar kelas 1 dan 2
- d. Kegiatan : penyuluhan dan edukasi serta praktik cuci tangan bersama



HASIL

Gambar 1. Flowchart kegiatan KIE PHBS

Sasaran kegiatan PKM adalah siswa kelas 1 dan 2 SD Maranatha 01 Kota Semarang dengan sebanyak 26 siswa yang terdiri dari 18 siswa dengan jenis kelamin laki – laki atau 69,2% dan 8 siswa dengan jenis kelamin Perempuan atau 30,0% dapat dilihat pada tabel 1

TABEL 1 Deskriptif Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
id	Val	laki - laki	18	69.2	69.2
	an	perempu	8	30.8	30.8
		Total	26	100.0	100.0

Seluruh peserta diberikan pendidikan kesehatan terkait dengan masalah kesehatan yang sering terjadi di SD Maranatha 01 Kota Semarang. Berdasarkan hasil survey sebelumnya yaitu masalah kesehatan yang berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilaksanakan kurang optimal. Adapun materi pendidikan kesehatan yang diberikan pada kegiatan ini adalah masalah anemia dan gizi seimbang, penyakit menular seperti diare, demam berdarah serta perilaku hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan pakai sabun. Dilakukan pengukuran terhadap berat badan dan tinggi badan siswa berdasarkan usia dapat dilihat pada table 2

TABEL 2. Karakteristik Siswa Berdasarkan Usia, Berat badan dan Tinggi Badan

Usia	(%)	Berat badan	(%)	Tinggi badan	(%)
6	3,8	18-20	19,2	100-120	38,5
7	38,5	21-26	26,9	121-130	50,0
8	42,3	27-30	19,2	131-140	11,5
9	15,4	31-36	15,4		
		37-41	11,5		
		42-46	7,7		

Pada table 2 dapat dilihat karakteristik siswa berdasarkan usia 6 tahun sebanyak 3,8%, 7 tahun sebanyak 38,5%, 8 tahun sebanyak 42,3% dan 9 tahun sebanyak 15,4%. Berdasarkan berat badan 18–20 kg sebanyak 19,2%, 21–26 kg sebanyak 26,9%, 27-30 kg sebanyak 19,2%, 31-36 kg sebanyak 15,4%, 37-41kg sebanyak 11,5%, 42-46kg sebanyak 7,7%. Berdasarkan tinggi badan 100-120 cm sebanyak 38,5%, 121-130cm sebanyak 50,0%, 131-140 cm sebanyak 11,5%.

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan bahwa siswa siswi memahami dan memperoleh pengetahuan tentang penerapan PHBS khususnya disekolah serta pengetahuan tentang gizi seimbang dan praktik 6 langkah mencuci tangan dengan sabun. Berikut disajikan dalam bentuk dokumentasi



Gambar 2. Kegiatan Edukasi Kesehatan



Gambar 3. Praktik Mencuci Tangan dengan Sabun



Gambar 4. Penimbangan Berat Badan

DISKUSI

Perilaku hidup bersih sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku melalui pendekatan pimpinan (*advocacy*), bina suasana (*social support*) dan pemberdayaan masyarakat (*empowerment*). Masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri, dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya⁶. PHBS pada anak usia sekolah adalah merupakan pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, dan masyarakat di lingkungan sekolah, dan merupakan cara promosi dan pendidikan kesehatan yang paling efektif mengingat anak-anak ini adalah agen perubahan yang sangat sensitif terhadap segala bentuk perubahan⁷. Tujuan utama dari PHBS yaitu meningkatkan kualitas kesehatan yang menjadi awal dari kontribusi individu dalam berperilaku di kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat⁵.

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilakukan hari jumat tanggal 16 februari 2024 bertempat di SD Maranatha 01 Kota Semarang dimulai pukul 08.00 WIB sampai pukul 11.00 WIB. Jumlah peserta pemeriksaan status gizi pada anak usia sekolah dan penyuluhan perilaku hidup bersih dan adalah sebanyak 26 anak, mulai dari awal kegiatan sampai berakhirnya kegiatan peserta tidak ada yang meninggalkan ruangan dan anak-anak terlihat senang serta guru wali kelas mengatakan kegiatan ini sangat bermanfaat untuk menambah informasi status gizi

dan pengetahuan bagaimana membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan rumah. Hasil pemeriksaan didapatkan bahwa dari 26 anak dilakukan pemeriksaan status gizi dengan rincian 69% siswa laki-laki dan 30% siswa Perempuan dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan serta edukasi gizi seimbang dengan isi piringku, dalam satu piring setiap kali makan setengah piring diisi dengan sayur dan buah sedangkan setengah lainnya diisi dengan makanan pokok dan lauk pauk. Dalam kegiatan ini juga dilakukan praktik cuci tangan dengan Sabun secara Bersama (CTBS) yang sudah disediakan di sekolah tersebut fasilitas untuk cuci tangan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana dengan baik dan lancar sesuai tujuan dari pengabdian masyarakat, dengan pemenuhan gizi seimbang yang sudah sesuai untuk anak usia sekolah dan pengetahuan yang bagus tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang dimulai dari lingkungan sekolah dan ditunjukkan dengan praktik enam langkah mencuci tangan bersama dengan sabun (CTBS) yang diikuti oleh 69,2% siswa laki-laki dan 30,8% siswa perempuan dari total 26 jumlah siswa di SD Maranatha 01 Kota Semarang. Antusias dari peserta saat sesi tanya jawab dan sesi pembagian souvenir menunjukkan keberhasilan dan ketercapaian dari kegiatan pengabdian masyarakat ini. Hal ini terbukti semua pertanyaan yang diberikan oleh peneri dapat dijawab semua. Sehingga diharapkan dapat tercipta lingkungan sekolah yang sehat serta nyaman dan dapat meningkatkan kualitas belajar siswa siswi di SD Maranatha 01 Semarang.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih kepada semua pihak yang sudah terlibat secara langsung ataupun tidak langsung yaitu Stikes Semarang, SD Maranatha 01 Kota Semarang, Mahasiswa Prodi S1 Administrasi Kesehatan dan semua pihak yang sudah membantu sehingga terlaksananya kegiatan pengabdian kepada Masyarakat di SD Maranatha 01 Kota Semarang dan semuanya berjalan dengan lancar serta memberikan manfaat bagi guru dan siswa siswi khususnya di SD Maranatha 01 Semarang.

DAFTAR REFERENSI

- Andriansyah. 2013. Penyuluhan dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan mewujudkan Masyarakat desa peduli sehat. Vol.2 No 1. Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan.
- Humaizi. 2021. Peningkatan Kesadaran Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anggota Karang Taruna Desa Paya Rengas Kecamatan Hinai Kabupaten Langkat. Vol. 19 No 1. Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEK.
- Kriswanto. 2020. Education of Clean and Healthy Living Behavior Thourgh Image Media As A Prevention Of Covid 19. Vol.1 No 1. International Journal Humanitarian Responsilities, Education and Sport Sciences
- Muhaini. 2022. Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. Vol.4 No.1. Journal Loyalitas Sosial
- Riset Kesehatan Dasar. (2007). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
- Sulityowati. 2022. Implementation of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in Household Arrangement. Vol. 4 No 3. Indonesian Journal of Global Health Research
- Suryani. 2020. The Clean and Healthy Life Behaviour (PHBS) Among Elementary School Student and East Kuripan, Weast Nusa Tenggara Province. Vol. 11 No 1. Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat
- Vionalita. 2017. Knowledge of Clean and Healthy Behaviour and Quality of Life Among School Children. Vol 2. Atlantis Press
- Wati Ambar. 2020. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. Vol. 8 No 1. Jurnal Promkes.