

Implementasi Program Penyuluhan dan Demonstrasi Kesehatan Bagi Anak Usia Sekolah

Joan Herly Herwawan^{1*}, Valensya Yeslin Tomassoa², Mesy Reunussa³, Petronela Peny⁴, Jein O Laurika⁵, Ake Rupidara⁶, Stefani A Labok⁷, Vica C Kalay⁸, Delvin A Leatomu⁹, Yesi Telussa¹⁰, Jodi Salaudin¹¹, Monalisa Lekky¹²

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12} Program Studi Keperawatan, Universitas Kristen Indonesia Maluku
Email korespondensi: nerzjoan@gmail.com

Informasi Artikel

Abstrak

Riwayat Artikel:

Diusulkan: 25-07-2022;
Direvisi: 23-08-2022;
Diterima: 01-09-2022;
Diterbitkan: 10-09-2022;

Kata kunci:

anak usia sekolah; demonstrasi;
gadget; penyuluhan kesehatan; phbs

Penulis Korespondensi:

Joan Herly Herwawan,
Program Studi Keperawatan,
Universitas Kristen Indonesia
Maluku
Email: nerzjoan@gmail.com

Anak usia sekolah adalah anak yang berumur lebih dari 6 tahun sampai sebelum berusia 18 tahun atau anak dengan usia 7-15 tahun yang harus mengikuti wajib belajar 9 tahun atau yang terdaftar dan aktif bersekolah pada tingkat SD/ sederajat hingga SLTP/ sederajat. Anak usia sekolah merupakan sasaran yang ditargetkan dalam pelaksanaan program kesehatan, sebab jumlah anak sekolah sebesar 25% di antara jumlah penduduk. Beberapa masalah kesehatan yang dialami anak usia sekolah seperti ketidakseimbangan gizi, kesehatan gigi, kelainan refraksi, kecacangan terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Negeri Mesa berpenduduk sebanyak 803 jiwa, dimana jumlah anak usia sekolah (5-14 tahun) adalah 170 jiwa. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara didapatkan data adanya ketidaktahuan dan ketidakpedulian mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), serta ketidaktahuan mengenai dampak dari penggunaan gadget yang tidak sehat atau berlebihan. Berdasarkan masalah yang ada maka implementasi yang dilakukan terhadap anak usia sekolah adalah penyuluhan kesehatan tentang PHBS dan penggunaan gadget secara sehat, serta melakukan demonstrasi cara mencuci tangan dan menggosok gigi.

Pendahuluan

Negeri Mesa merupakan salah satu negeri yang terdapat di Kecamatan TNS (Teon Nila Serua), Kabupaten Maluku Tengah, dengan luas wilayah 1, 60 km² dan luas permukiman 250 Ha. Masyarakat Negeri Mesa sebagian besar merupakan Jemaat GPM Yabok yang memiliki 3 sektor (Yarden, Efrata dan Karmel) masing – masing sektor memiliki 2 unit pelayanan sehingga total unit dalam jemaat berjumlah 6 unit.

Negeri Mesa berpenduduk sebanyak 803 jiwa, dimana jumlah anak usia sekolah (5-14 tahun) adalah 170 jiwa. Di Mesa terdapat dua sekolah, yaitu SD Kristen

Mesa dan SMP N 86 Maluku Tengah. Kedua sekolah ini menjadi sasaran dari program mahasiswa, hal ini karena sebagian besar anak usia sekolah di Negeri Mesa bersekolah di kedua sekolah tersebut.

Anak usia sekolah adalah anak dengan rentang kehidupan dimulai dari 6 tahun sampai sebelum berusia 18 tahun. Anak usia sekolah harus mengikuti wajib belajar 9 tahun atau yang terdaftar dan aktif bersekolah pada tingkat SD/ sederajat hingga SLTP/ sederajat (PERMENKES, 2011).

Anak usia sekolah merupakan sasaran yang ditargetkan dalam pelaksanaan program kesehatan, sebab jumlah anak sekolah sebesar 25% dari jumlah penduduk. Anak usia sekolah juga merupakan sasaran yang mudah dijangkau, karena mereka terorganisir di sekolah. Beberapa masalah kesehatan yang dialami anak usia sekolah seperti ketidakseimbangan gizi, kesehatan gigi, kelainan refraksi, kecacangan terkait perilaku hidup bersih dan sehat (Indawati, Adijaya, Dewi, & Ilhami, 2021)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara dan melindungi kesehatan secara fisik, mental, spiritual dan sosial. PHBS di sekolah merupakan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat yang berada di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sehingga mampu mencegah penyakit, meningkatkan status kesehatan serta berperan dalam mewujudkan lingkungan sehat (Kemensos RI, 2020). Munculnya masalah kesehatan yang menyerang anak usia sekolah, pada umumnya berkaitan dengan PHBS. Kegiatan dalam PHBS antara lain; cuci tangan pakai sabun, pakai masker, jaga jarak, gunakan tempat sampah, jaga kebersihan jamban, gosok gigi, gunakan air bersih, minum obat cacing secara berkala, lakukan aktivitas fisik dan konsumsi makanan sehat dan bergizi (Kemenkes RI, 2014)

Selain PHBS perilaku penggunaan gadget juga menjadi fokus yang perlu diperhatikan bagi anak usia sekolah. Gadget merupakan alat yang mempunyai banyak fungsi atau fitur yang lengkap

dari pada alat elektronik lainnya. Pada era modern ini gadget sangat mempermudah kehidupan manusia, seperti mencari informasi, belajar ataupun mencari hiburan. Namun penggunaan gadget yang terlalu lama dan pada posisi yang tidak tepat dapat menimbulkan masalah kesehatan seperti gangguan penglihatan, sakit kepala, gangguan pendengaran, kelainan postur tubuh, mengurangi daya tangkap otak, mengurangi interaksi sosial, obesitas bahkan gangguan jantung karena jarang atau malas melakukan aktivitas fisik (Wibowo, Erawantini, & Olivia, 2019)

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang ditunjukkan kepada beberapa siswa dan guru di dapati hasil bahwa para siswa belum terlalu paham mengenai PHBS maupun penggunaan gadget yang sehat. Hal ini didukung dengan informasi yang disampaikan oleh petugas kesehatan, bahwa PHBS jarang diterapkan karena adanya ketidakpedulian. Sedangkan terkait penggunaan gadget, di dapati bahwa siswa belum mendapatkan informasi mengenai cara pemanfaatan gadget secara sehat atau dampak dari penggunaan gadget, serta kurang adanya perhatian dari orang tua terkait penggunaan gadget oleh anak. Berdasarkan data ini maka kelompok Pengabdian Kepada Masyarakat UKIM akan melakukan pendampingan kepada anak usia sekolah dengan memberikan penyuluhan kesehatan mengenai PHBS dan dampak dari penggunaan gadget.

Metode

Langkah-langkah kegiatan PKM sebagai berikut:

1) *Tahap Observasi dan Analisis Kebutuhan*

Tahap ini bertujuan menggali informasi dalam rangka mendapatkan solusi permasalahan yang efektif dengan proses penyelesaian masalah yang efisien. Ada beberapa kegiatan yang dilaksanakan yaitu berdiskusi dengan kepala sekolah dan guru pada SD Kristen Mesa dan SMP N 86 Maluku Tengah serta petugas kesehatan, untuk menggali informasi sebanyak-banyaknya terkait permasalahan yang ditemukan untuk diselesaikan. Setelah itu menganalisis solusi yang bisa dilakukan untuk menjawab masalah yang ada.

2) *Tahap Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Pemanfaatan Gadget Secara Sehat*

Tahap ini bertujuan memberikan pemahaman/pengetahuan kepada anak usia sekolah terkait pemahaman/pengetahuan tentang PHBS dan pemanfaatan gadget secara sehat. Tahap ini dilakukan dengan cara penyuluhan kesehatan. Partisipasi anak usia sekolah dalam kegiatan ini adalah: menyiapkan waktu dan kesediaannya untuk terlibat dalam kegiatan penyuluhan kesehatan.

3) *Tahap Demonstrasi Cara Mencuci Tangan dan Menggosok Gigi*

Tahap ini direncanakan agar anak usia sekolah merasa tertarik dan lebih peduli serta rajin dalam menerapkan cara mencuci tangan 6

langkah dan menggosok gigi. Partisipasi anak usia sekolah dalam kegiatan ini adalah: menyiapkan waktu dan kesediaannya untuk terlibat dalam kegiatan demonstrasi cara mencuci tangan 6 langkah dan menggosok gigi.

4) *Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut*

Secara prinsip dalam pelaksanaan kegiatan tidak terlalu banyak hambatan. Hanya saja karena harus melakukan kegiatan dalam kondisi pandemi Covid-19 membuat tidak diperbolehkan untuk melibatkan banyak orang, sehingga tidak semua siswa memperoleh informasi yang disampaikan dalam kegiatan penyuluhan. Namun karena melibatkan dewan guru, maka diharapkan bahwa informasi tersebut bisa tersampaikan kepada siswa yang lain juga melalui penyampaian dari guru.

Hasil

Pelaksanaan kerja yang telah disepakati oleh tim dan mitra, telah dilaksanakan dengan beberapa tahapan kegiatan pelaksanaan yaitu:

1) *Penyuluhan Kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*

Pandemi Covid-19 mengakibatkan pembatasan untuk tidak berkerumun, menjaga jarak, dan menggunakan masker, membuat kegiatan penyuluhan tidak dilakukan secara merata ke semua siswa. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan

pihak sekolah, mengenai permasalahan yang dialami anak usia sekolah.

Proses kerjasama ini dilakukan pada hari Selasa, 09 November 2021 antara kelompok PKM dan kepala sekolah juga dewan guru di SD Kristen Mesa. Hasil wawancara dan observasi didapati bahwa penerapan PHBS belum dilakukan secara efektif oleh anak usia sekolah. Hal ini dikarenakan ketidaktahuan dan ketidakpedulian.



Gambar 1. Kerjasama Dengan Pihak SD Kristen Mesa

Mencermati kurangnya pemahaman dan ketidakpedulian dari anak usia sekolah, maka dilakukan penyuluhan kesehatan dengan tema “Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)”. Materi penyuluhan berisi tentang; 1) mencuci tangan pakai sabun, 2) memakai masker, 3) membuang sampah pada tempatnya, 4) menggosok gigi, dan 5) mengonsumsi makanan sehat dan bergizi. Kegiatan Penyuluhan dilaksanakan pada hari Rabu, 10 November 2021 pukul 09.00 WIT diruang kelas SD Kristen Mesa. Peserta penyuluhan adalah para siswa dari kelas 5 dan 6 bersama para guru.



Gambar 2. Pelaksanaan Penyuluhan Kesehatan



Gambar 3. Foto Bersama Guru dan Peserta Penyuluhan

2) *Penyuluhan Kesehatan tentang Penggunaan Gadget Secara Sehat*

Proses kerjasama ini dilakukan pada hari Kamis, 11 November 2021 antara kelompok PKM dan kepala sekolah juga dewan guru di SMP N 86 Maluku Tengah. Hasil wawancara dan observasi di ketahui bahwa pemahaman terkait penggunaan gadget masih belum dipahami, sehingga kesadaran anak usia sekolah dalam membatasi diri untuk menggunakan gadget masih sangat rendah.

Kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan pada hari Jumat, 12 November 2021 pukul 09.00 WIT, dengan tema “Penggunaan Gadget Secara Sehat”. Materi penyuluhan berisi tentang; 1) waktu penggunaan gadget yang sehat, 2) posisi tubuh saat sedang menggunakan gadget, dan 3) pemanfaatan gadget untuk menambah pengetahuan tidak hanya sebagai hiburan atau mengisi waktu luang. Kegiatan penyuluhan berlangsung di kelas, dengan dihadiri oleh guru dan 57 siswa.



Gambar 4. Kegiatan Penyuluhan Kesehatan



Gambar 5. Foto Bersama Kepala Sekolah dan Guru

3) *Demonstrasi Mencuci Tangan dan Menggosok Gigi*

Pada tahapan ini kelompok melakukan demonstrasi mencuci tangan dan menggosok gigi sebagai rangkaian dari penyuluhan kesehatan PHBS. Demonstrasi ini dilakukan di depan kelas, dimana para siswa didampingi oleh kelompok PKM dan guru. Kegiatan ini diawali dengan simulasi prosedur mencuci tangan dan menggosok gigi oleh kelompok PKM, setelah itu diikuti oleh siswa. Untuk prosedur mencuci tangan, sabun disediakan oleh kelompok, namun untuk kegiatan menggosok gigi kelompok PKM hanya menyediakan pasta gigi sedangkan sikat gigi sudah di bawa oleh para siswa dari rumah, karena telah diinfokan sehari sebelumnya oleh guru. Proses pelaksanaan berlangsung dengan baik, sebab para siswa cukup antusias.



Gambar 6. Demonstrasi Mencuci Tangan dan Menggosok Gigi

Pembahasan

Permasalahan yang dialami oleh anak usia sekolah di SD Kristen Mesa dan SMP N 86 antara lain: adanya ketidaktahuan dan ketidakpedulian mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, serta adanya ketidaktahuan mengenai dampak dari penggunaan *gadget* yang tidak sehat atau berlebihan. Sehingga solusi yang dibuat untuk mengatasi permasalahan tersebut antara lain: bekerjasama dengan pihak SD Kristen Mesa dan SMP N 86 Maluku Tengah, memberikan penyuluhan kesehatan tentang PHBS dan penggunaan gadget secara sehat serta melakukan demonstrasi cara mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan dengan kesadaran pribadi dengan tujuan menjaga kesehatan. Adapun manfaat PHBS dilakukan di area sekolah agar siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau menerapkan pola hidup yang bersih dan sehat sehingga dapat

menciptakan lingkungan sekolah yang sehat, serta meningkatkan proses belajar mengajar (Kemenkes RI, 2014)

Suprpto & Arda (2021) mengemukakan bahwa upaya peningkatan derajat kesehatan dapat dicapai dengan adanya pemahaman, pengetahuan dan kesadaran dalam menerapkan pola hidup bersih dan sehat melalui penyuluhan kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Ningsih et al. 2019 yang menyimpulkan dalam penelitiannya bahwa dengan adanya penyuluhan kesehatan yang dilakukan terhadap anak-anak dapat menurunkan rentannya permasalahan kesehatan, meningkatkan semangat belajar, serta meningkatkan kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat.

Kegiatan pengabdian lain yang dilakukan yaitu penyuluhan mengenai penggunaan gadget yang sehat. Hal ini karena penggunaan gadget yang berlebihan dapat menimbulkan beberapa masalah seperti: gangguan mata, gangguan mental, interaksi social, dan sebagainya. Wandini, Novikasari, and Kurnia (2020) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa penggunaan gadget secara berlebihan dapat berpengaruh pada kesehatan mata. Hal ini sejalan dengan apa yang dikemukakan oleh Anggraeni (2019) dimana dia menyimpulkan bahwa penggunaan gadget yang tidak bijak atau secara tidak sehat berdampak terhadap kesehatan psikis dan jasmani, sehingga perlu dilakukan peningkatan pengetahuan terkait dengan penggunaan gadget secara sehat.

Dalam kegiatan pengabdian ini juga dilakukan demonstrasi cara mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar. Cuci tangan merupakan salah satu tindakan PHBS, sebab dengan mencuci

tangan menggunakan sabun dapat mencegah terjangkit penyakit. penelitian yang dilakukan Itsna, Hapsari, & Indrastuti tahun 2018 menunjukkan bahwa metode demonstrasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan siswa dalam mencuci tangan.

Penelitian yang dilakukan oleh Lufianti & Rahmawati (2016) juga mengemukakan bahwa pendidikan kesehatan gigi dengan metode demonstrasi efektif dalam perubahan teknik sikat gigi yang baik. Pendapat tersebut diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hastuty, 2020) yang menjelaskan bahwa dengan dilakukannya pelatihan gosok gigi lewat demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan tentang cara menggosok gigi yang benar.

Simpulan dan Saran

Pengabdian kepada masyarakat melalui tiga program kegiatan menunjukkan bahwa anak sekolah di tingkat SD dan SMP tampak antusias dan terlibat aktif. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa terkait PHBS serta penggunaan gadget. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini semoga dapat berdampak positif dan ditindaklanjuti oleh pihak sekolah.

Ucapan Terima kasih

Ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. LPM UKIM melalui TIM KKN-PPM Angkatan LIII UKIM yang telah memfasilitasi kegiatan KKN ini.
2. Pihak sekolah SD Kristen Mesa dan SMP N 86 Maluku Tengah atas kerjasamanya dan kesediannya untuk dilakukan kegiatan dari program KKN

3. Para siswa SD Kristen Mesa dan SMP N 86 Maluku Tengah yang telah bersedia bekerja sama dalam menunjang setiap kegiatan.

Daftar Pustaka

- Anggraeni, S. (2019). Pengaruh Pengetahuan Tentang Dampak Gadget Pada Kesehatan Terhadap Perilaku Penggunaan Gadget Pada Siswa SDN Kebun Bunga 6 Banjarmasin. *Faletehan Health Journal*, 6(2), 64–68. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i2.68>
- Hastuty, M. (2020). Pelatihan Gosok Gigi Yang Baik Dan Benar Di Tk Ar-Raafi. *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 514–517. <https://doi.org/10.31004/cdj.v1i3.1421>
- Indawati, L., Adijaya, N., Dewi, D. R., & Ilhami, B. F. (2021). Rekam Kesehatan Personal Pada Anak Usia Sekolah Sebagai Kunci Sukses Pemberdayaan Kesehatan Siswa. *Educivilia: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2(1), 73. <https://doi.org/10.30997/ejpm.v2i1.3228>
- Itsna, I. N., Hapsari, W., & Indrastuti, A. (2018). Efektifitas Pendidikan Kesehatan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan Metode Demonstrasi dan Booklet pada Siswa Kelas VI SDN Kalisapu 04 Slawi. *Bhamada: Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan*, 9(1), 1–8.
- Kemendes RI. (2014). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014. *Implementation Science*, 39(1), 1–24.
- Lufianti, A., & Rahmawati, R. (2016). Efektivitas Pendidikan Kesehatan Gigi Dengan Metode Ceramah Dan Demonstrasi Terhadap Perubahan Teknik Sikat Gigi Di Sdn 05 Godong Kabupaten Grobogan. *The Shine Cahaya Dunia Ners*, 1(1).

- Ningsih, E., Purwaningsih, D. Y., Udyani, K., Budianto, A., & Zuchrilah, D. R. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sejak Dini dan Pemberian Fasilitas Kebersihan di SD Negeri 1 Bangeran. *JPP IPTEK (Jurnal Pengabdian Dan Penerapan IPTEK)*, 3(1), 7–14. <https://doi.org/10.31284/j.jpp-iptek.2019.v3i1.488>
- PERMENKES. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2406 TAHUN 2011 Tentang Pedoman Umum Penggunaan Antibiotik*, 4.
- Suprpto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(2), 77–87. <https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss2.957>
- Wandini, R., Novikasari, L., & Kurnia, M. (2020). Hubungan Penggunaan Gadget Terhadap Kesehatan Mata Anak Di Sekolah Dasar Al Azhar I Bandar Lampung. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 810–819. <https://doi.org/10.33024/manuju.v2i4.3049>
- Wibowo, N. S., Erawantini, F., & Olivia, Z. (2019). Pendidikan dan Pelatihan Penggunaan Gadget Secara Sehat Pada Siswa-Siswi SMPIT Al Ghozali Jember. *Seminar Nasional Hasil Pengabdian Masyarakat Dan Penelitian Pranata Laboratorium Pendidikan Politeknik Negeri Jember*, 160–163.