

## Pemeriksaan Gizi Pada Anak Usia Sekolah dan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Terpadu Al-Farabi Pondok Terong Cipayung Depok

Milla Evelianti Saputri\*, Susanti Widiastuti, Devieni Naulia Pamela

*Universitas Nasional, Jakarta, Indonesia*

\* Correspondent Author: [milla.evelianti@civitas.unas.ac.id](mailto:milla.evelianti@civitas.unas.ac.id)

### ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan rutin yang dilakukan oleh dosen dengan mengikutsertakan mahasiswa dalam kegiatan tersebut. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan melakukan pemeriksaan status gizi anak usia sekolah sebagai pencegahan terjadinya gizi kurang atau buruk pada anak sekolah, mengajarkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan mengajarkan cuci tangan enam langkah dan menerapkannya di lingkungan sekolah dan rumah, metode yang digunakan adalah Melakukan Pemeriksaan status gizi dengan Mengukur berat badan, tinggi badan dan lingkaran kepala kepada murid anak kelas 1 SDT Al-Farabi Cipayung Depok serta mengajarkan cuci tangan.

**Kata Kunci:** Knowledge Sharing, Risiko Infeksi, Teknik Pembuangan Sputum

Received: December 2, 2020

Revised: December 27, 2020

Accepted: February 22, 2021



This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

### PENDAHULUAN

Tubuh memerlukan nutrisi yang adekuat dari sumber makanan yang dimakan setiap hari untuk tumbuh dan berkembang. Kandungan zat dari nutrisi berfungsi untuk memelihara jaringan tubuh, memperoleh tenaga, mengatur pekerjaan didalam tubuh, dan melindungi tubuh terhadap serangan penyakit. Fungsi utama nutrisi adalah memberikan energi untuk aktivitas, memberikan struktur kerangka dan jaringan serta mengatur berbagai proses kimiawi tubuh (Siutor & Hunter,1980). Nutrisi atau gizi adalah substansi organik yang dibutuhkan organisme untuk fungsi normal dari sistem tubuh, pertumbuhan, pemeliharaan kesehatan (Almatsir, 2004). Proses penyerapan gizi atau nutrisi yang baik oleh tubuh akan membuat proses tumbuh kembang motorik, kognitif, psikologis anak sesuai dengan usianya akan meningkatkan motivasi anak belajar dan prestasi belajar anak akan meningkat disekolah

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, menjelaskan 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 2019 (Depkes RI. 2015)

Berdasarkan riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2007 anak usia 6-12 tahun, 35 persen anak sekolah dasar pendek dan Riskesdas tahun 2010 prevalensi kependekan 35,6 persen (15,1 persen sangat pendek dan 20 persen pendek). Provinsi Jawa Barat prevalensi anak usia sekolah status gizi berdasarkan TB/U (tinggi badan/umur) sangat pendek 13,9 persen dan pendek 20,3 persen, sedangkan status gizi berdasarkan IMT/U (indeks masa tubuh/umur) sebanyak 3,5 % sangat kurus, 6,7% kurus (Riskesdas, 2010). Berdasarkan data hasil prevalensi status gizi anak usia sekolah di Jawa Barat dengan Nasional, masih lebih dari 10,9%. Hal ini menjelaskan bahwa masalah gizi kurang pada anak usia sekolah di Indonesia masih tinggi, di atas standar Nasional sehingga perlunya perhatian pemerintah agar perlu mendapat penanganan masalah yang sifatnya spesifik pada wilayah rawan

Masalah gizi kurang dan buruk harus benar-benar di tangani, apabila gizi kurang dan gizi buruk terjadi dapat menjadi penghambat dalam pembangunan nasional (Bappenas, 2012). Dampak jangka pendek gizi buruk akan menyebabkan perkembangan anak menjadi apatis, mengalami gangguan bicara dan gangguan perkembangan yang lain. Sedangkan dampak jangka panjang adalah terjadinya penurunan skor Intelligence Quotient (IQ) 10-13 poin, penurunan perkembangan kognitif, penurunan integrasi sensori, gangguan pemusatan perhatian, gangguan penurunan rasa percaya diri dan tentu saja merosotnya prestasi akademik di sekolah (Nency et al, 2010)

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat mengenai Pemeriksaan gizi pada anak usia sekolah dan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah dasar islam terpadu al-farabi pondok terong cipayung depok Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan berdasarkan observasi dan wawancara dengan guru didapatkan ada beberapa siswa kelas 1 yang memiliki berat badan serta tinggi badan tidak sesuai dengan usianya. serta masih banyak orang tua yang belum mengerti tentang gizi seimbang untuk anak usia sekolah. Selain itu juga anak-anak masih belum memahami tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, sehingga perlu adanya sosialisasi kepada anak-anak, orang tua dan guru.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka kami melakukan analisis perlunya dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dengan melakukan “Pemeriksaan Gizi pada Anak Usia Sekolah dan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar Terpadu Al-Farabi Pondok Terong Cipayung Depok.

Kegiatan pengabdian 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 langkah

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan atas dasar membantu program pemerintah khususnya wilayah Kota depok dalam meningkatkan kualitas kesehatan anak usia sekolah, dengan memantau status gizi anak.

Langkah-langkah yang dilakukan dalam kegiatan ini :

1. Survey Lokasi Pengabdian

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

2. Instrumen untuk Pelaksanaan Kegiatan
  1. Timbangan
  2. Pengukur TB
  3. Meteran
  4. Lembar Balik
  5. Leflet
  6. *Handsoen*
  7. Masker
  8. Lembar kartu sehat untuk hasil pemeriksaan
3. Jadwal Kegiatan

No.	Uraian Kegiatan	Februari	Maret	April
1.	Pengurusan perijinan	x		
2.	Persiapan pelaksanaan	x		
3.	Pelaksanaan penyuluhan		x	
4.	Pembuatan laporan			x

**Keterangan :**

1. Pengurusan perijinan kepada ke tempat pelaksanaan dengan tujuan untuk kelancaran pelaksanaan pengabdian.
2. Persiapan pelaksanaan, meliputi persiapan materi penyuluhan, pemantapan materi penyuluhan dan kelengkapan pendukung penyuluhan.
3. Pelaksanaan pengabdian dilakukan di lokasi yang telah ditentukan.  
Metode yang digunakan dalam Pemeriksaan Status Gizi Pasien :
  - a. Melakukan Pemeriksaan  
Dengan Mengukur berat badan, tinggi badan dan lingkar kepala kepada murid anak kelas 1 SDT Al-Farabi Cipayung Depok
  - b. Simulasi perilaku hidup bersih dan sehat dengan cara mengajarkan Cuci tangan enam langkah  
Simulasi adalah memperagakan sesuatu dalam bentuk tiruan yang mirip dengan keadaan yang sesungguhnya, dalam hal ini memperagakan cara mencuci tangan enam langkah.
  - c. Tanya Jawab  
Tanya Jawab adalah metode mengajar yang memungkinkan terjadinya komunikasi langsung yang bersifat *two way traffic* sebab pada saat yang sama terjadi dialog antara pemateri dan penerima materi. Sesi Tanya jawab ini digunakan untuk mengulang kembali materi yang sudah diberikan.
  - d. Pembagian Souvenir kepada anak-anak sekolah
4. Pembuatan laporan dilakukan oleh Tim setelah selesai pelaksanaan pengabdian.

**Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan Hari Jum'at tanggal 6 Maret 2020 bertempat di SDT Al-Farabi Cipayung Depok, dimulai dari pukul 09.00 WIB sampai pukul

11.00 WIB. Jumlah peserta kegiatan pemeriksaan status gizi pada anak usia sekolah dan penyuluhan perilaku hidup bersih dan adalah sebanyak 37 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 37 Anak yang dilakukan pemeriksaan status gizi terdapat 2 anak (5%) mengalami Obesitas, 30 anak (91%) Gizi Baik, 5 anak (4%) mengalami Gizi Kurang, Kegiatan demonstrasi cuci tangan diikuti oleh seluruh anak-anak kelas 1-B, hanya saja fasilitas di sekolah tidak di dukung tempat mencuci tangan yang baik, kami melakukan demonstrasi dengan menggunakan *hand sanitizer*

### **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana dengan baik dan lancar sesuai tujuan dari pengabdian masyarakat ini, dengan hasil terdeteksinya 4% anak usia sekolah di SDT Al-Farabi mengalami gizi kurang dan akan ditindaklanjuti oleh pihak sekolah untuk melaporkan ke pihak puskesmas setempat, untuk semua anak yang hadir mampu mempraktekan cara mencuci tangan yang baik dengan melakukan enam langkah,. 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 pemateri dapat dijawab semua.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Almatsier, Sunita.(2009) *Pinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Depkes RI, (2011) *Lintas Diare*, Dirjen P2PL Departemen Kesehatan RI
- Dirjen Bina Kesehatan.(2002) *Buku Panduan 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*. Jakarta.
- Friedman, M., Bowden, V., Jones, E. (2003). *Family Nursing Research, Theory & Practice*. New Jersey: Pearson Education
- Riset Kesehatan Dasar. (2007). Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia
- Stanhope, M., & Lancaster, J. (2004). *Community And Public Health Nursing*. 5<sup>th</sup> edition. St.Louis: Mosby-Year Book, Inc
- Soekirman. (2010) *Buku Panduan 13 Pesan Dasar Gizi Seimbang*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama