

Pendampingan Program Penguatan Gizi Seimbang dan *Screening* Kesehatan bagi Anak Pra Sekolah di TK ABA 37 Kota Malang, Jawa Timur

Indah Dwi Pratiwi*¹, Edi Purwanto², Anggi Nur Azizah³, Mohammad Refanza Eka Wijaya⁴

^{1,2}Program Studi Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

^{3,4}Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang, Indonesia

*e-mail: pratiwi.indah@umm.ac.id¹, purwa.edi@umm.ac.id²

Abstrak

Program UKS diantaranya perilaku konsumsi makanan anak di sekolah, perilaku hidup bersih dan sehat, kesehatan lingkungan sekolah. Makanan yang sehat menjadi faktor penunjang kesehatan, tetapi makanan yang tidak sehat menjadi sumber penyakit. Kesehatan lingkungan sekolah memberikan rasa nyaman bagi anak dalam melakukan proses belajar baik di dalam maupun luar kelas. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk memberikan pemahaman orangtua maupun guru tentang gizi seimbang dan juga *screening* kesehatan pada anak pra sekolah. Metode kegiatan yang akan dilakukan adalah *focus group discussion*, seminar dan praktik pembuatan menu makanan yang memiliki gizi seimbang dan juga *screening* kesehatan siswa. Mitra pengabdian yang terlibat adalah guru dan orang tua siswa TK ABA 37 Kota Malang. Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatnya pemahaman orangtua dan guru tentang gizi seimbang dan peningkatan kesadaran tentang pentingnya *screening* kesehatan siswa secara berkala. Peserta pengabdian sangat antusias dan berperan serta aktif selama proses seminar, diskusi maupun saat praktik. Melalui pengabdian masyarakat ini, maka diharapkan siswa sekolah dapat meningkat derajat kesehatannya dengan terpenuhinya gizi yang seimbang serta rutusnya diadakan *screening* kesehatan berkala di sekolah.

Kata kunci: Anak Usia Pra Sekolah, Edukasi, Gizi Seimbang, *Screening*

Abstract

The UKS program includes children's food consumption behavior, clean and healthy living behavior, and school environmental health. Healthy food is a supporting factor for health, but unhealthy food is a source of disease. A healthy school environment may comfort children in carrying out the learning process inside and outside the classroom. This service activity aims to provide parents and teachers with an understanding of balanced nutrition and health *screening* for preschool children. The method of activity will be carried out in *focus group discussions*, seminars, and practice of making food menus with balanced nutrition and *screening* of student health. The service partners involved are teachers and parents of TK ABA 37 students in Malang. The results obtained from this community service activity are increasing parents' and teachers' understanding of balanced nutrition and increasing awareness about the importance of regular student health *screening*. The participants were enthusiastic and participated actively during the seminar process, discussions, and practice. Through this community service, it is hoped that school students can improve their health status by fulfilling balanced nutrition and routinely holding periodic health *screenings* at school.

Keywords: Balanced Nutrition, Education, Preschool-Age Children, *Screening*

1. PENDAHULUAN

Kesehatan anak sekolah menjadi salah satu perhatian pemerintah yang diwujudkan melalui program UKS (Usaha Kesehatan Sekolah). UKS melakukan pemantauan kesehatan lingkungan dan perilaku hidup anak sekolah. Program UKS diantaranya perilaku konsumsi makanan anak di sekolah, perilaku hidup bersih dan sehat, kesehatan lingkungan sekolah. Makanan yang sehat menjadi faktor penunjang kesehatan, tetapi makanan yang tidak sehat menjadi sumber penyakit (Rahmawati et al., 2015).

Anak-anak usia pra sekolah berusia antara usia 3 tahun sampai dengan 6 tahun, adalah kelompok kelemahan yang sangat tinggi karena kemajuan pengembangan (Ervina et al., 2019). Pada rentang usia ini, anak usia sekolah harus makan sebagai makanan keluarga, yaitu: sarapan,

makan siang, makan malam, dan dengan dua kali snack. Porsi menu yang sesuai umur anak usia pra sekolah itu adalah setengah dari dosis dewasa. Pola makan pada anak usia pra sekolah akan berpengaruh pada kebiasaan makan pada saat dewasa. Sehingga, akan lebih baik jika anak usia pra sekolah makan bersama semua anggota keluarga dan juga mengajari mereka untuk duduk di meja makan bersama saat waktu makan (Cholidah et al., 2020; Gardiarini et al., 2020).

Data dari Puskesmas Kota Malang (2014) menyebutkan bahwa 80 % anak-anak membeli jajanan yang dijual di lingkungan sekolahnya. Data dari Riskesdas (2018) menyebutkan bahwa 70% anak sekolah di Kota Malang memakan makanan yang dijual di lingkungan sekolah yang mengandung zat berbahaya yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan anak. Terbentuknya perilaku hidup bersih dan sehat yang benar mampu mencegah penularan penyakit sampai 75%. Anak, orang tua dan masyarakat sekolah sering mengabaikan terhadap dampak perilaku hidup yang tidak sehat anak sekolah. Kesehatan lingkungan sekolah memberikan rasa nyaman bagi anak dalam melakukan proses belajar baik di dalam maupun luar kelas. Masyarakat sekolah berkewajiban menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan nyaman untuk belajar (Mulyadi, 2019; Sutrio et al., 2021).

Hasil survey dan observasi tim saat berkunjung ke tempat pengabdian, didapatkan data bahwa masih banyak orangtua siswa yang sering memberikan makanan cepat saji dan olahan seperti nugget, sosis sebagai bekal makan siswa. Selain itu, di sekolah juga masih jarang melakukan *screening* kesehatan yang dilakukan secara mandiri, selama ini masih mengikuti jadwal dari puskesmas pendamping, dimana pelaksanaan *screening* kesehatan berjalan hanya satu kali dalam semester. Hal tersebutlah yang menjadi latar belakang kegiatan pengabdian ini.

2. METODE

2.1. Waktu dan Tempat

Kegiatan ini dilaksanakan pada bulan Agustus hingga Desember 2022 di TK ABA 37 Kelurahan Lowokwaru Kota Malang. Mitra yang terlibat adalah seluruh guru beserta kepala sekolah (7 orang) dan orangtua siswa (24 orang) di TK ABA 37 Kelurahan Lowokwaru Kota Malang. Dalam menjalankan program tersebut, tim pengabdian melibatkan 2 orang dosen yang dibantu oleh 2 orang mahasiswa keperawatan tingkat akhir.

2.2. Prosedur Pelaksanaan

Pendekatan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah dengan meningkatkan keterlibatan masyarakat sekolah, baik guru maupun orangtua siswa. Metode kegiatan yang akan dilakukan adalah *focus group discussion*, seminar tentang pentingnya menu makanan yang memiliki gizi seimbang dan juga *screening* kesehatan siswa.

Tahap pertama kegiatan adalah dengan melakukan *focus group discussion*. Kegiatan *focus group discussion* ini dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat bersama dengan kepala sekolah dan guru terkait dengan pola pemenuhan gizi ataupun status gizi siswa. Dari hasil diskusi didapatkan, selama ini sekolah masih optimal dalam menjalankan *screening* kesehatan sederhana kepada siswa. Namun sekolah sudah ada program makan bersama siswa yang dijalankan setiap bulan sekali, dimana siswa akan mendapatkan satu menu makanan di sekolah.

Tahap kedua adalah menyelenggarakan seminar tentang gizi seimbang. Kegiatan seminar tentang gizi seimbang pada anak usia pra sekolah dilakukan dengan mengundang orang tua orangtua siswa dan juga masyarakat sekolah. Topik ini diambil karena memang sesuai dengan temuan masalah yang diidentifikasi oleh tim pengabdian kepada masyarakat.

Tahap terakhir adalah pelatihan melakukan *screening* kesehatan sederhana. Kegiatan pendampingan dan pelatihan *screening* kesehatan sederhana (pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkaran kepala dan lingkaran lengan atas) untuk siswa ini dilakukan kepada guru sekolah. Dimana harapannya, guru sekolah dapat menjadikannya sebagai agenda rutin setiap bulan sekali, sehingga akan diperoleh data kesehatan siswa lebih awal yang nantinya akan bisa ditentukan intervensi dengan segera.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah guru (7 orang) dan orangtua siswa (24 orang) TK ABA 37 Kota Malang. Kegiatan ini dilaksanakan mulai tanggal 9 Agustus 2022 (persiapan pelaksanaan kegiatan) sampai dengan 17 Desember 2022 yang berlokasi di TK ABA 37 Kota Malang. Semua tahapan kegiatan dihadiri oleh peserta pengabdian dengan menyeluruh dan juga antusias.

Tahap pertama kegiatan adalah dengan melakukan *focus group discussion*. Kegiatan *focus group discussion* ini dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat bersama dengan kepala sekolah dan guru terkait dengan pola pemenuhan gizi ataupun status gizi siswa (Gambar 1). Tahap kedua adalah menyelenggarakan seminar tentang gizi seimbang (Gambar 2). Tahap terakhir adalah pelatihan melakukan *screening* kesehatan sederhana (Gambar 3).



Gambar 1. *Focus group discussion* dengan kepala sekolah dan guru



Gambar 2. Seminar parenting tentang edukasi gizi seimbang pada anak sekolah



Gambar 3. *Screening* kesehatan sederhana pada siswa

Menurut data dari Riskesdas (2018a), masalah gizi pada anak usia sekolah di Indonesia adalah anak dalam kategori pendek/santing mencapai 30,7%, sedangkan anak obesitas dan anemia mencapai 26%. Masalah gizi bagi anak sekolah ini akan menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan (Novianti & Utami, 2021). Anak sekolah memerlukan gizi yang seimbang untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangannya. Anak usia sekolah membutuhkan nutrisi yang tepat untuk tumbuh dan berkembang secara optimal. Kecukupan gizi tidak hanya didukung oleh makanan utama, tetapi juga oleh jajanan yang disantap oleh anak sekolah. Untuk itu, orangtua juga harus memperhatikan persiapan camilan sehat (Gardiarini et al., 2020).

Gizi seimbang adalah susunan makanan yang dikonsumsi setiap hari untuk memperoleh gizi yang cukup dalam tubuh, serta memenuhi kebutuhan gizi seseorang untuk pemeliharaan dan perbaikan sel-sel tubuh serta proses kehidupan, yang terdiri dari berbagai makanan dalam jumlah dan proporsi pertumbuhan dan perkembangan. Pada masa kanak-kanak, diet seimbang ini diperlukan untuk tahap perkembangan fisik dan mental yang cepat. Pada titik ini, otak bayi sudah siap menghadapi berbagai rangsangan, belajar berjalan dan berbicara lebih lancar (Fransiska & Mayes, 2021). Anak usia sekolah merupakan sasaran strategis dalam pelaksanaan program kesehatan. Selain jumlahnya yang besar (25%) dari total penduduk, anak usia sekolah juga mudah dijangkau karena tertata dengan baik. Masalah kesehatan anak usia sekolah sangat kompleks dan bervariasi. Di sekolah dasar, permasalahan siswa biasanya terkait dengan gangguan gizi, kesehatan gigi, kelainan refraksi, cacangan dan penyakit infeksi terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat (Indawati et al., 2021).

4. KESIMPULAN

Dari hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan, dapat diketahui bahwa peserta sudah memahami pentingnya pemenuhan gizi seimbang pada siswa pra sekolah guna peningkatan kapasitas kesehatan anak usia pra sekolah. Kegiatan yang dilakukan berjalan dengan lancar, peserta sangat antusias dan aktif partisipasinya dalam rangkaian kegiatan tersebut. Dampak dari kegiatan ini adalah peserta mampu melakukan *screening* kesehatan sederhana pada siswa dan juga pemahaman mengenai gizi seimbang pada anak usia pra sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Cholidah, R., Widiastuti, I. A. E., & Lestarini, I. A. (2020). Penyuluhan Mengenai Pola Makan Sehat dan Seimbang untuk Pencegahan Anemia Pada Kader Posyandu Di Puskesmas Nipah, Kabupaten Lombok Utara. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 2(2). <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v2i2.368>
- Ervina, Tahli, T., & Mulyadi. (2019). Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) Di Puskesmas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 6(2).
- Fransiska, F., & Mayes, M. (2021). Menu Gizi Seimbang Dan Pemeriksaan Kesehatan Pada Balita Di Poskesdes Ria-Ria Kecamatan Pollung Kabupaten Humbang Hasundutan. *JUKESHUM: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1). <https://doi.org/10.51771/jukeshum.v1i1.26>
- Gardiarini, P., Dianovita, C., Farida, F., & Retno, N. (2020). Pelatihan dan Lomba Membuat Jajanan Sehat Yang Memenuhi Kebutuhan Gizi Anak Sekolah. *Jurnal ABDINUS: Jurnal Pengabdian Nusantara*, 4(1). <https://doi.org/10.29407/ja.v4i1.14645>
- 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). <https://doi.org/10.30997/ejpm.v2i1.3228>
- Mulyadi. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pemanfaatan Pelayanan Usaha Kesehatan Sekolah (Uks). *Aisyiyah Medika*, 3.
- Novianti, A., & Utami, T. P. (2021). Penilaian Status Gizi dan Pengetahuan Gizi Seimbang Anak Usia Sekolah Sebagai Bentuk Aktivasi Kegiatan UKS. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian*

- Masyarakat*, 4(1). <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i1.908>
- Rahmawati, E. I., Soetopo, H., & Maisyaroh. (2015). Manajemen Usaha Kesehatan Sekolah. *Manajemen Pendidikan*, 24(6).
- Riskesdas. (2018a). *Laporan Provinsi Jawa Timur Riskesdas 2018*.
- Riskesdas. (2018b). Riset Kesehatan Dasar. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Sutrio, S., Muliani, U., & Novika, Y. (2021). Pemberdayaan Kader Posyandu dalam Deteksi Dini Kejadian Stunting di Desa Sidodadi Kecamatan Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran. *Jurnal Abdi Masyarakat Indonesia*, 1(2). <https://doi.org/10.54082/jamsi.143>

Halaman Ini Dikосongkan