

Edukasi Gizi dan Demonstrasi CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) pada Anak-anak di UPTD Perlindungan Sosial Dinas Sosial, Provinsi Banten

Annisa Nuradhiani^{*}, Mukhlidah Hanun Siregar, Ratu Diah Koerniawati

Program Studi Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Serang, Indonesia

Abstrak

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat sangat cocok diajarkan sejak usia anak-anak karena usia anak-anak merupakan usia yang tepat dalam mengenalkan perilaku baru serta menyampaikan pesan kesehatan. Terutama pada masa pandemi covid-19, masyarakat dianjurkan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui konsumsi makanan sehat serta rajin mencuci tangan pakai sabun. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang manfaat konsumsi buah dan sayur serta cara mencuci tangan pakai sabun yang benar. Kegiatan yang dilakukan berupa edukasi gizi dan demonstrasi cuci tangan pakai sabun pada anak-anak di UPTD Dinas Sosial, Provinsi Banten. Anak-anak mengetahui pentingnya konsumsi buah dan sayur untuk menjaga imunitas tubuh serta dapat mempraktekkan cara mencuci tangan pakai sabun dengan tahapan-tahapan yang tepat.

Kata kunci : Penyuluhan kesehatan, edukasi gizi, CTPS, pencegahan covid-19

1. Pendahuluan

Sejak pandemi COVID-19, masyarakat dihimbau untuk dapat melakukan tindakan-tindakan pencegahan penularan COVID-19 dalam praktik kehidupan sehari-hari (Cheah & Halliwell, 2020). Tindakan pencegahan yang bisa dilakukan, diantaranya adalah pembiasaan PHBS (Pola Hidup Bersih dan Sehat) melalui konsumsi makanan yang sehat seperti buah dan sayur, serta rajin mencuci tangan dengan sabun.

Penerapan PHBS sangat cocok diterapkan sejak anak usia dini terlebih pada masa pandemi COVID-19 seperti saat ini. Usia anak-anak merupakan usia yang tepat dalam mengenalkan perilaku baru serta menyampaikan pesan kesehatan (Notoatmodjo, 2012). Usia anak-anak sedang berada pada tahap perkembangan yang pesat sehingga sangat tepat untuk mengajarkan anak berbagai hal seperti membiasakan pola hidup bersih dan sehat (Safitri & Harun, 2021). Hal ini dikarenakan anak-anak yang memiliki rasa ingin tahu tinggi, memiliki daya ingat yang baik, serta mudah dalam mengadopsi perilaku baru yang akan berpotensi menjadi kebiasaan baru yang tertanam hingga dewasa (Amareta & Ardianto, 2017).

Buah dan sayur merupakan kelompok pangan sumber berbagai zat gizi mikro yang penting bagi proses metabolisme tubuh. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan 2018, masyarakat Indonesia termasuk dalam kategori kurang dalam mengonsumsi buah dan sayur. Sedangkan menurut WHO, kategori cukup dalam mengonsumsi buah dan sayur adalah jika mengonsumsi minimal 5 porsi dalam seminggu (Rosalina, 2020). Berdasarkan Pedoman Gizi Seimbang (PGS) Indonesia, secara spesifik menganjurkan konsumsi buah dan sayur 300-400 gram per orang per hari bagi anak balita dan anak usia sekolah (Kemenkes, 2014).

Corresponding author:

E-mail address: nuradhiani.annisa@gmail.com

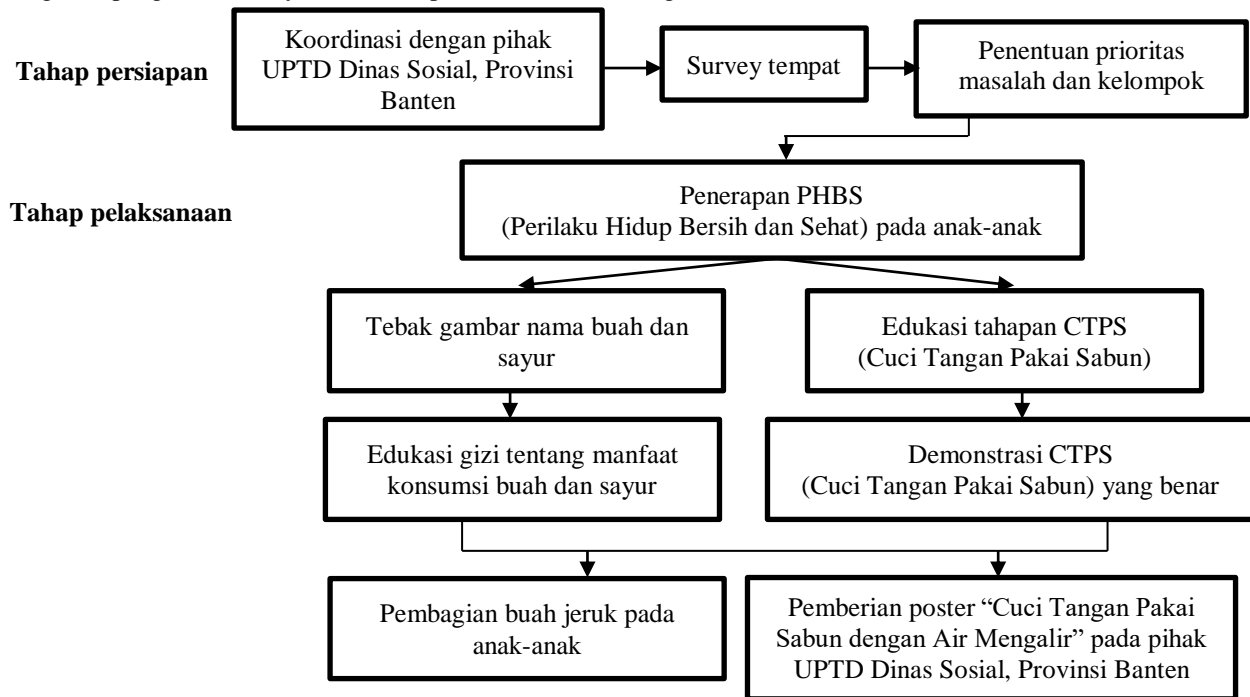


Mencuci tangan dengan sabun merupakan salah satu kegiatan yang dapat mencegah penyakit menular pada tubuh (Arifiyanti & Prasetyo, 2018). Mencuci tangan dengan sabun pun merupakan cara sederhana membiasakan PHBS pada masa pandemi (Rosalina, 2020). Membiasakan PHBS selama pandemi COVID-19 memang sangat penting. Anak-anak yang telah dibiasakan menjalani PHBS sejak dini akan tumbuh dan berkembang dengan baik, menyenangkan, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan (Wijayanti, 2017).

Tujuan edukasi yang optimal pada anak dapat dicapai dengan melakukan demonstrasi/simulasi serta melakukan permainan, karena edukasi melalui instruksi verbal berupa penjelasan/ceramah akan sulit diserap dan diingat oleh anak-anak. Berdasarkan pemaparan tersebut, maka dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk “Edukasi Gizi dan Demonstrasi CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) pada Anak-anak”. Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya untuk membiasakan anak-anak menerapkan PHBS yaitu konsumsi buah dan sayur serta melakukan CTPS.

2. Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 14 orang anak pada rentang usia 4-15 tahun yang berada di UPTD Dinas Sosial, Provinsi Banten. Kegiatan ini dilakukan di UPTD Dinas Sosial, Provinsi Banten pada hari Jumat, 18 Juni 2021. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah tebak-tebakan yang disertai pemberian edukasi tentang manfaat konsumsi buah dan sayur untuk kesehatan. Selain itu menggunakan metode demonstrasi untuk mempraktekkan cara CTPS baik dan benar. Proses perencanaan dan metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat melalui diagram berikut :



Gambar 1. Tahapan kegiatan pengabdian masyarakat

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat pada anak-anak di UPTD Dinas Sosial, Provinsi Banten dilaksanakan dengan memperhatikan protokol kesehatan, salah satunya wajib menggunakan masker selama kegiatan berlangsung. Pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari beberapa kegiatan, yaitu tebak gambar buah dan sayur disertai dengan edukasi tentang gizi serta pentingnya mengonsumsi buah dan sayur tersebut secara rutin bagi kesehatan, terutama di masa

pandemi COVID-19 seperti saat ini. Pada kegiatan tebak gambar, mayoritas anak-anak sudah mengetahui nama buah dan sayur.



Gambar 2. Tebak Gambar dan Edukasi Gizi Buah serta Sayur



Gambar 3 dan 4. Edukasi Tahapan Cuci Tangan Pakai Sabun

Selain diberikan edukasi tentang pentingnya mengonsumsi buah dan sayur, anak-anak di UPTD Dinas Sosial Provinsi Banten diberikan edukasi tentang cara mencuci tangan pakai sabun dengan tahapan-tahapan yang tepat, kemudian mempraktekannya secara langsung.

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat pada anak-anak di UPTD Dinas Sosial Provinsi Banten, diketahui bahwa terdapat anak yang jarang mengonsumsi sayur sawi dan buah pisang dikarenakan tidak menyukai rasa dari buah serta sayur tersebut. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan di Surabaya pada anak sekolah, bahwa mereka yang tidak suka mengonsumsi buah dan sayur cenderung kurang mengonsumsi buah dan sayur tertentu (Sholehah et al., 2016). Penelitian lain menyatakan bahwa terdapat korelasi kuat antara asupan buah serta sayur dengan tingkat suka atau tidak suka terhadap buah serta sayur tertentu.



Gambar 5. Demonstrasi Cuci Tangan Pakai Sabun

Pada saat edukasi tahapan cuci tangan pakai sabun, mayoritas anak belum mengetahui cara mencuci tangan dengan tahapan-tahapan yang tepat. Hal ini dikarenakan belum pernah ada yang menyampaikan informasi tersebut kepada mereka. Setelah diberikan edukasi tahapan-tahapan CTPS, anak-anak langsung mempraktekkan dan bisa melakukannya dengan tepat sesuai tahapan-tahapan yang disampaikan serta didemonstrasikan. Menurut (Syamson et al., 2021), edukasi pada masyarakat sangat perlu dilakukan dengan komunikasi yang efektif, sehingga masyarakat mengerti informasi yang disampaikan.



Gambar 6. Pemberian Poster kepada Pihak UPTD Dinas Sosial Provinsi Banten

Setelah diberikan edukasi gizi serta demonstrasi CTPS, diharapkan anak-anak di UPTD Dinas Sosial Provinsi Banten menjadi rutin mengonsumsi buah dan sayur. Selain itu, bisa mulai membiasakan diri mencuci tangan pakai sabun dengan benar.



Gambar 7. Foto Bersama Anak-anak dan Pihak UPTD Dinas Sosial Provinsi Banten

4. Kesimpulan

Pelaksanaan pengabdian masyarakat kepada anak-anak di UPTD Dinas Sosial, Provinsi Banten berjalan dengan baik. Anak-anak yang hadir antusias untuk mengikuti kegiatan. Kegiatan ini memberikan pengalaman yang baik kepada para peserta pengabdian masyarakat tentang manfaat konsumsi buah dan sayur serta mengetahui cara hingga dapat mempraktekkan tahapan CTPS yang benar.

Ucapan Terima Kasih

Tim penulis mengucapkan terima kasih kepada UPTD Dinas Sosial, Provinsi Banten yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini, sehingga dapat berjalan dengan baik.

References

- Amareta, D. I., & Ardianto, E. T. (2017). Peningkatan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Sekolah dengan Metoda Emo Demo. *Sanitasi: Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 9(2), 88–93.
- Arifiyanti, N., & Prasetyo, I. (2018). Personal Hygiene Learning in Preschool Classroom. *Indonesian Journal of Early Childhood*, 7(2), 118–124.
- Cheah, I. K., & Halliwell, B. (2020). Could Ergothioneine Aid in the Treatment of Coronavirus Patients? *Antioxidants*, 9(7), 1–32. <https://doi.org/10.3390/antiox9070595>
- Kemendes, RI. (2014). *Pedoman Gizi Seimbang*. Kementerian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan (Edisi Revisi)*. PT Rineka Cipta.
- Rosalina, M. P. (2020, April 3). Hidup Sehat Menangkal Korona. *Kompas*. <https://www.kompas.id/baca/riset/2020/04/03/hidup-sehat-menangkal-korona>
- Safitri, H. I., & Harun, H. (2021). Membiasakan Pola Hidup Sehat dan Bersih pada Anak Usia Dini Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 385.

- Sholehah, A., Andrias, D. R., & Nadhiroh, siti R. (2016). Preferensi (Kesukaan), Pegetahuan Gizi dan Pengaruh Teman Sebaya dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. *Adi Husada Nursing Journal*, 2(2), 1-6.
- Syamson, M. M., Sakinah, S., Asnuddin, Nurdin, S., Hasrul, & Murtini. (2021). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Penanganan Covid-19. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 234-239.
- Wijayanti, nira arum. (2017). Implementation of Role Playing Method in the Hygiene Hadith Learning Toward Early Children's Healthy Behavior of Group B in Dabin Aggrek Gunungpati Semarang. *BELIA: Early Childhood Education Papers*, 6(2), 126-130.