

## ARTIKEL PENGABDIAN MASYARAKAT

### Sekolah Dasar Binaan Kesehatan FK UMSU

Des Suryani<sup>1</sup>, Eka Febriyanti,<sup>2</sup>. Ratih Yulistika Utami<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Departemen Histologi, <sup>2</sup>Departemen Ilmu Gizi, , <sup>3</sup>Medical education Unit, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

**Email korespondensi:** [dessuryani@umsu.ac.id](mailto:dessuryani@umsu.ac.id)

**Abstrak:** Masalah gizi pada anak merupakan hal penting yang perlu diperhatikan terkait ketersediaan sumber daya manusia penerus bangsa di masa depan. Tingginya masalah gizi pada anak sekolah menjadi alasan pengabdian melaksanakan kegiatan PKPM (Program Kemitraan Pengembangan Muhammadiyah) dengan tema Sekolah Dasar (SD) binaan kesehatan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Program ini terdiri dari beberapa kegiatan seperti penyaringan status gizi, pembentukan dokter kecil dan pembinaan Unit Kesehatan Sekolah (UKS), pembentukan kantin sehat, penyuluhan gizi dan gotong royong. Rangkaian kegiatan dilaksanakan di SD Muhammadiyah 19 Kota Medan pada bulan Mei 2022. SD binaan ini menghasilkan 6 orang dokter kecil terlatih, 1 kantin sehat, 1 UKS yang sudah lengkap fasilitas serta pembinanya, serta perubahan perilaku dan pengetahuan gizi pada mitra. Semua kegiatan berjalan lancar dan memberikan perubahan pada fasilitas sekolah terkait kesehatan dan perbaikan pengetahuan orang tua, guru serta siswa mengenai kesehatan dan gizi pada anak sekolah.

**Kata kunci:** dokter kecil, gizi, sekolah dasar binaan.

## PENDAHULUAN

Status gizi berperan penting dalam kemajuan suatu bangsa. Indonesia menghadapi masalah gizi yang rumit. Ada empat masalah gizi pada anak di Indonesia yaitu gizi kurang, gizi buruk, pendek dan gizi lebih. Dari survei Riskesdas 2017 didapatkan status gizi kurang sebanyak 17,8%, anak pendek 29,6%, kurus 9,5% dan gemuk 4,6 %.<sup>1</sup> Sementara itu, Riset Kesehatan Dasar kota Medan tahun 2018 menyatakan gangguan gizi pada anak umur 5-12 tahun sebanyak 2,20% sangat kurus, 8,12% kurus, 68,61% Normal, 12,36% Gemuk, 8,71% Obesitas.<sup>2</sup>

SD Muhammadiyah 19 Kota Medan adalah salah satu sekolah yang telah dibina kesehatannya oleh puskesmas terdekat, namun karena situasi pandemi, kegiatan tidak berjalan optimal dan masih terdapat masalah gizi yang tinggi di sekolah. Selain itu, terdapat masalah lain seperti kondisi jajanan kantin yang masih jauh dari standar gizi dan kebersihan yang masih kurang. Kami juga menemukan kondisi sekolah yang telah memiliki ruang pertolongan pertama pada kecelakaan (P3K) namun tidak terawat dan tidak aktif, serta belum ada dokter kecil yang merupakan kader untuk melakukan upaya-upaya sekolah sehat. Kondisi yang kami amati sekolah terlihat pada gambar berikut:



**Gambar 1. Tampak siswa yang pendek dari teman seusianya.**



**Gambar 2. kondisi kantin dan kualitas jajanan yang kurang**

Tingginya angka masalah gizi di sekolah mungkin terkait dengan berbagai faktor seperti pengetahuan siswa yang rendah tentang gizi,<sup>3</sup> pengetahuan orang tua kurang<sup>4</sup>, ketersediaan jajanan di kantin sekolah yang belum sehat dan bergizi,<sup>3</sup> kebiasaan sarapan, dan pola hidup sehat yang belum terlaksana.<sup>5</sup> Selain itu, aktivitas fisik yang rendah dan asupan gizi tinggi kalori namun rendah zat gizi merupakan faktor yang dapat menyebabkan masalah gizi lebih pada anak di sekolah tersebut.

Masalah yang ada mendorong pengabdian untuk melakukan pengabdian dengan menjadikan sekolah tersebut sebagai mitra yaitu sekolah binaan kesehatan FK UMSU. Adapun masalah prioritas untuk diselesaikan selama pelaksanaan PKM (Program Kemitraan Masyarakat) ini adalah sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan mitra mengenai masalah gizi dan perilaku hidup bersih sehat
2. Kurangnya kemandirian mitra dalam mengatasi kebersihan lingkungan dan masalah kesehatan sehingga perlu dibentuk dokter kecil serta pembinanya yang unggul dan berkelanjutan

3. Kurangnya sarana prasarana pendukung untuk masalah kesehatan dan gizi serta pembinaannya sehingga pentingnya pembentukan UKS dan kantin sehat
4. Kurangnya perhatian terhadap status gizi anak sekolah.

## METODE

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan selalu berkoordinasi dengan kepala sekolah. Pada kegiatan pertama, kami melakukan koordinasi dengan kepala sekolah untuk memilih anak-anak yang menjadi calon dokter kecil yaitu siswa kelas 4 dan 5 dengan persyaratan:

- a) Berprestasi di sekolah.
- b) Berbadan sehat.
- c) Berwatak pemimpin dan bertanggung jawab.
- d) Berpenampilan bersih dan berperilaku sehat.
- e) Berbudi pekerti baik dan suka menolong.
- f) Diizinkan orang tua.

Setelah kepala sekolah menetapkan calon dokter kecil, kami membuat kesepakatan jadwal pelatihan, maka pelatihan dokter kecil dilaksanakan pada tanggal 28 Mei 2022. Dalam kegiatan ini, kami melatih 6 orang siswa untuk menjadi dokter kecil.

Kami juga memberikan buku saku kegiatan dokter kecil yang ditulis dengan bahasa yang mudah dipahami anak-anak kepada guru pembimbing untuk membantu memonitor kegiatan dokter kecil sehingga pelaksanaan tugas dokter kecil dapat berjalan dengan baik.

Kami memberikan seragam dokter kecil untuk memotivasi dokter kecil dalam

menjalankan tugasnya setiap hari jumat dengan nama kegiatan Jumat Bersih. Setiap hari jumat, dokter kecil menjalankan tugas sebagai duta pembiasaan hidup sehat antara lain, pemeriksaan kuku, gigi serta sanitasi sekolah. Apabila ditemukan siswa yang memiliki kuku panjang dan sanitasi kelas yang buruk maka dokter kecil akan melaporkan ke guru pembimbing, untuk menentukan upaya tindak lanjut yang tepat.

Salah satu trias UKS yang bisa dijalankan di sekolah adalah P3K. Kami memberikan obat-obatan dan alat-alat sederhana untuk menjalankan P3K sehingga dapat digunakan di sekolah misalnya obat parasetamol, kasa steril, betadin, minyak kayu putih, dan plester untuk pembalut luka. Dengan adanya peralatan ini diharapkan kegiatan P3K dapat dilaksanakan oleh dokter kecil dibantu oleh guru pembimbing bila ada kecelakaan atau masalah kesehatan ringan.

Selain pelatihan dokter kecil, kami juga melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan siswa yang dilakukan oleh mahasiswa sebagai anggota pengabdian. Mahasiswa diberi pelatihan tata cara melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan dengan alat yang disediakan, lalu dilakukan plot data ke kurva CDC untuk penentuan status gizinya. Kegiatan ini untuk memilih sasaran orang tua yang akan diberi edukasi masalah gizi, sesuai masalah gizi yang dihadapi anaknya.

Setelah didapatkan data-data anak yang mengalami masalah gizi, kami memberikan informasi ke kepala sekolah untuk mengundang orang tua yang anaknya mengalami masalah gizi yaitu sekitar 50 orang tua. Orang tua diberikan penyuluhan tentang gizi pada tanggal 6 Agustus 2022.

Penyuluhan gizi dihadiri oleh 30 (60%) dari 50 orang yang ditargetkan. Hal ini terjadi karena orang tua bekerja sehingga sulit untuk meluangkan waktu ke sekolah. Penyuluhan gizi disampaikan oleh dr. Eka Febriyanti, M. Gizi, dan mendapat cukup banyak respon dari orang tua terkait masalah gizi anaknya. Dalam pemaparan materi, dijelaskan pentingnya memahami makanan dengan gizi seimbang melalui piring makanku yang disesuaikan dengan porsi sesuai usia agar terpenuhi kebutuhan gizi anak sekolah.<sup>6</sup>

Pada saat penyuluhan gizi, kami menemukan berbagai faktor mungkin menjadi penyebab masalah gizi pada anak, misalnya anak tidak suka makan sayur, anak memilih makanan yang dimasakkan oleh orang tuanya, orang tuanya tidak sempat memasak karena sibuk bekerja, sehingga makanan dibeli, masih belum paham mana anak yang dikatakan gizi baik, sehingga penyuluhan ini dapat menambah wawasan orang tua terkait konsep sehat, gizi baik, dan cara memberikan makanan sehat kepada anak.

Kegiatan penyuluhan implementasi trias UKS di sekolah target utamanya adalah Guru dan kepala sekolah, dengan pendekatan implementasi trias UKS disekolah. Setelah menyampaikan poin-poin dari kegiatan trias UKS, kami memberikan buku panduan implementasi UKS di sekolah. Buku ditulis dengan memasukkan muatan keislaman dalam mengimplemetasikan trias UKS, sehingga diharapkan karakter hidup sehat yang akan dibangun di sekolah juga didasarkan nilai-nilai islam. Buku ini kami serahkan kepada kepala sekolah dan guru pembimbing UKS

sebagai pedoman proses penerapan trias UKS di sekolah.

Pada kegiatan pengabdian ini, kami juga melakukan kegiatan gotong royong yang merupakan salah satu trias UKS dalam hal pembinaan lingkungan sekolah. Harapan dari kegiatan ini siswa bisa lebih peduli dengan lingkungan sekolah yang sehat melalui kegiatan membersihkan lingkungan sekolah dan membuat taman.

Kami juga melakukan pendekatan yang komprehensif dengan ibu kantin sebagai penyedia jajanan sehat pada sekolah. Kami meneemukan tempat makanan di kantin masih terbuka sehingga mudah diinggapi lalat. Jenis makanan yang dijual juga makanan yang kurang sehat dan tidak bergizi. Dengan pendekatan yang baik ini, diharapkan ada perubahan perilaku pada pemilihan jenis jajanan sehat dan tempat yang bersih di sekolah di masa mendatang. Selain edukasi mengenai jajanan sehat dan nilai gizi makanan, kami juga memberikan kepada kantin etalase jajan untuk melengkapi tujuan kantin sehat di sekolah tersebut.

### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan pengabdian berupa serangkaian kegiatan mulai dari sosialisasi dan pendekatan yang komprehensif terhadap mitra berjalan dengan lancar berkat adanya antusiasme dan dukungan penuh dari mitra. Hasil dari kegiatan pengabdian ini adalah:

1. Terbentuknya dokter kecil SD Muhammadiyah 19 sebanyak 6 orang siswa dengan guru pembina: Ibu Ainun S.Pd, adapun nama-nama siswa yang dibina adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Data dokter kecil yang dilatih

No	Nama	Kelas
1	Farizah	5
2	Faris alfareza	5
3	Shahnan habibi	4
4	Refal pratama	4
5	Refa waldani	5
6	Zahira decha maharani	4
7	Endang W Iqbal	Kepala sekolah

Dokter kecil diharapkan dapat menjadi duta perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dengan kegiatan Jumat Bersih. Dari penyaringan status gizi yang dilakukan kami dapatkan hasil dari kegiatan ini kami dapatkan data sebagai berikut:

Tabel 2: Gambaran masalah Gizi SD Muhammadiyah 19 tahun 2022

No	Status Gizi	Jumlah	Persentase
1	Gizi buruk	1	1,1
2	Gizi kurang	17	18,8
3	Gizi Sedang	9	10
4	Normal	48	53,3
5	Gizi lebih	24	26,6
6	Stunting	32	32,6
Total		90	100%

- Adanya komitmen dari sekolah untuk menjalankan trias UKS. Komitmen sekolah dalam menjalankan trias UKS akan masuk ke dalam kegiatan akademik dalam mata pelajaran yang sesuai.
- Adanya komitmen dari ibu kantin untuk menyediakan jajanan sehat dan bersih kepada siswa.
- Meningkatnya pengetahuan orang tua, guru dan anak sekolah tentang gizi anak.

Meskipun begitu, kegiatan ini memiliki kekurangan karena jumlah orang tua yang mengikuti penyuluhan gizi hanya 60%. Ada sekitar 20 orang tua (40%) yang

tidak hadir karena alasan pekerjaan, dan berdasarkan keterangan kepala sekolah kondisi orang tua banyak yang kurang mampu, sehingga mereka lebih prioritas mencari nafkah dari pada mengikuti kegiatan sekolah.

Kegiatan trias UKS di SD Muhammadiyah 19 ini sudah berjalan sebelumnya berupa pekan imunisasi, pekan pemeriksaan gigi mulut, serta pemberian obat cacing dari puskesmas sesuai dengan program pemerintah,<sup>7</sup> Namun, masih terdapat masalah gizi seperti *stunting*, gizi kurang dan gizi lebih, maka kami mencari dan memberi solusi dengan penyuluhan gizi, pendampingan dokter kecil serta pembentukan kantin sehat. Penyuluhan gizi menekankan pentingnya gizi seimbang pada anak untuk mencegah berbagai masalah gizi, seperti *stunting*, gizi kurang, obesitas bahkan anemia.<sup>6</sup> Anemia walau tidak terlihat harus diwaspadai pada anak terutama remaja putri yang sudah haid, sehingga materi yang disampaikan penyuluh juga mengenai pentingnya asupan zat besi dan menghindari makanan penghambat penyerapan zat besi demi mencegah anemia pada anak sekolah.<sup>8</sup> Upaya yang kami lakukan masih mengalami hambatan seperti masih kurangnya kehadiran orang tua saat penyuluhan, namun, demikian kami berharap dengan memberi dokter kecil, implementasi pola hidup sehat yang diajarkan dalam mata pelajaran terkait, serta perbaikan kantin, diharapkan dapat membantu menyelesaikan masalah kesehatan di sekolah yang dilaksanakan secara mandiri dan berkelanjutan di masa yang akan datang.

## KESIMPULAN

Kegiatan PKM ini disebut SD Binaan Kesehatan FK UMSU karena dalam kegiatannya tidak hanya terfokus pada satu jenis kegiatan saja, namun memang beberapa kegiatan prioritas yang dibina terkait kesehatannya yang ada di sekolah. seperti penyaringan status gizi, pembinaan UKS, pembentukan dokter kecil, pendekatan kepada kepala sekolah dan guru-guru untuk mengimplementasikan trias UKS dalam kegiatan akademik dan juga peraturan sekolah, pembinaan kantin sehat, gotong royong untuk kesehatan lingkungan, penyuluhan kesehatan terutama masalah gizi dan PHBS serta evaluasi kegiatan sehingga bisa mencapai tujuan yang diharapkan yaitu kemandirian dan berkelanjutan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada LPPM UMSU yang berkontribusi dalam pembiayaan pengabdian ini, dan juga kepada Mitra yaitu kepala sekolah yang telah memberikan perhatian dan komitmen serta fasilitas terhadap kelancaran kegiatan pengabdian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2013. *Lap Nas 2013*. Published online 2013:1-384. doi:1 Desember 2013
2. Riskesdas Sumut. *Riset Kesehatan Dasar Sumatera Utara.*; 2018.
3. Purnawijaya MPD, Suiraoaka IP, Nursanyoto H. Pola Konsumsi Makanan Jajanan dan Status Gizi Anak Sekolah Dasar Di SDN 17 Dangin Puri dan SDN 3 Penatih Kota Denpasar. *J Nutr Sci*. 2018;7(3):49-56.
4. Aprilita Paulina. Hubungan antara status sosial ekonomi keluarga dengan status gizi anak Sekolah Dasar Kelurahan Bailang Kecamatan Bunaken Kota Manado. *Kesmas*. 2019;8(2):15-21.
5. Yuliana Sulaiman. Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi Dan Status Gizi Terhadap Prestasi Belajar Siswa Di Sdn 58 Inpres Pangale Kelurahan Lembang Kabupaten Majene. *Enhanc a J Heal Sci*. 2021;2(1):48-54. doi:10.52999/sabb.v2i1.116
6. Febriyanti, E., Suryani, D. and Utami, R.Y., 2020. Edukasi Masalah Nutrisi Selama Pandemi Covid-19 Kepada Ikatan Remaja Masjid Al Rasyid (Ikrama) Bandar Khalipah Medan. *Jurnal Implementa Husada*, 1(2), pp.107-116.
7. Direktorat Sekolah Dasar. 2022. Usaha Kesehatan Sekolah. <http://ditpsd.kemdikbud.go.id/hal/usaha-kesehatan-sekolah> diakses tanggal 26 September 2022
8. Febriyanti, E., Nasution, H.N. and Utami, R.Y., 2022. Endeavors to foster Healthy Adolescent Free from Anemia: from Nutritional Perspective. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(1), pp.1589-1594.