

K2JCE

**KARYA KESEHATAN JOURNAL
of COMMUNITY ENGAGEMENT**





Karya Kesehatan Journal of Community Engagement (K2JCE)

Editor in Chief

Muhammad Syahwal, S.Kep.,Ns.,M.Kes

Section Editors

Ellyani Abadi, SKM., M.Kes
Riska Mayangsari, SKM., M.PH

Copyeditor

Narmi, S.Kep., Ns., M.Kes
Andi Nurhikma Mahdi, S.Kep., Ns., M.Kep

Proofreaders

Diah Indriastuti, S.Kep., Ns., M.Kep

Alamat Redaksi

Jl. Jend. AH. Nasution No. 89 G Anduonohu, Kota Kendari, Sulawesi Tenggara,

website jurnal: <https://jurnal.karyakesehatan.ac.id/K2JCE>

website institusi: <https://karyakesehatan.ac.id>

email: ojs.k2jce@gmail.com

Karya Kesehatan Journal of Community Engagement (K2JCE) adalah wadah publikasi karya ilmiah hasil pengabdian kepada masyarakat bidang kesehatan. Artikel yang diterbitkan telah melalui serangkaian proses *peer-review double-blind*. Dengan demikian, keputusan diterima atau tidaknya artikel yang diajukan menjadi hak Dewan Redaksi berdasarkan rekomendasi *peer reviewer*. Harap penulis membaca dan memahami pedoman penulisan, naskah yang tidak sesuai dengan pedoman jurnal akan ditolak oleh tim redaksi sebelum ditinjau. Tim redaksi hanya akan menerima naskah yang memenuhi persyaratan format yang telah ditentukan.



DAFTAR ISI

Pelatihan Perawatan Jenazah Pada Pasien Dengan Penyakit Menular di Anduonohu <i>Diah Indriastuti, Fikki Prasetya, Tahiruddin</i>	36-41
Edukasi Pencegahan Demam Typhoid Di SDN 88 Sapatana <i>Nur Fitriah Jumatrin, Cindy Puspitas Sari Haji Jafar</i>	42-45
Upaya Pencegahan Karies Gigi Melalui Edukasi Berbasis Media Audio-Visual dan Simulasi Sikat Gigi di SDN 76 Kota Kendari <i>Arfiyan Sukmadi, Saida, La Rangki</i>	46-52
Peningkatan Literasi Kesehatan Kader Posyandu dalam Mendukung Transformasi Layanan Kesehatan Primer di Kelurahan Lapulu <i>Nawawi, Anisa Purnamasari, Lisnawawi, Nazaruddin, La Ode Ardiansyah</i>	53-58
Inovasi Bubur Kering Kaya Nutrisi Solusi Praktis Pemenuhan Gizi Balita dalam Masa Pertumbuhan <i>Novaliana Devianti Sagita, Yani Mulyani, Idar, Garnadi Jafar, Deny Puriyani Azhary, Abdul Mulki Irpani</i>	59-64
Edukasi Manajemen Stres dan Pencegahan Hipertensi serta Diabetes Mellitus pada Civitas Akademik Stikes Karya Kesehatan <i>Isran, Ellyani Abadi</i>	65-69



Pelatihan Perawatan Jenazah Pada Pasien Dengan Penyakit Menular di Anduonohu

Diah Indriastuti¹, Fikki Prasetya², Tahiruddin³

¹Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo

²Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo

³Prodi Sarjana keperawatan, STIKes Karya Kesehatan

Korespodensi

Diah Indriastuti

Keperawatan Komunitas,

Prodi Sarjana Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo

Email: nsdiahindri@gmail.com

Kata Kunci:

Jenazah; Pelatihan; Penyakit Menular; Perawatan

Keywords:

Corpse, Training; Infectious Disease; Nursing

Abstrak. Perawatan jenazah merupakan kewajiban fardhu kifayah bagi umat Islam dan menjadi bagian penting dalam pelayanan sosial masyarakat, khususnya bagi takmir masjid yang memiliki tanggung jawab langsung terhadap proses pemulasaraan. Dalam konteks penyakit menular, perawatan jenazah memerlukan penerapan prinsip Kewaspadaan Universal untuk mencegah penularan melalui darah, cairan tubuh, atau jaringan yang berpotensi infeksius. Masjid Al-Amanah Kendari menjadi pusat kegiatan keagamaan yang dihuni oleh masyarakat heterogen, sehingga peningkatan kapasitas takmir masjid terkait perawatan jenazah infeksius sangat diperlukan. Berdasarkan kebutuhan tersebut, dilakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) berupa “Pelatihan Perawatan Jenazah dengan Penyakit Menular pada Takmir Masjid Al-Amanah Kendari”. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi ceramah, tanya jawab, simulasi, dan praktik langsung. Pelatihan dilakukan pada 15 Juni 2025 di Masjid Al-Amanah Anduonohu Regency, bekerja sama dengan Komunitas Muslimah Hijrah Kota Kendari (KMHK). Materi mencakup tata cara memandikan, mengafani, menshalatkan, hingga menguburkan jenazah sesuai syariat Islam, dengan penekanan pada prosedur penanganan jenazah infeksius. Evaluasi dilakukan melalui penilaian proses dan hasil. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman peserta mengenai prosedur perawatan jenazah, terlihat dari antusiasme, banyaknya pertanyaan, serta kemampuan peserta dalam mempraktikkan langkah-langkah pemulasaraan. Meskipun demikian, tingkat partisipasi ibu-ibu masih rendah karena adanya rasa takut terhadap proses memandikan jenazah. Namun, dukungan takmir masjid dan keaktifan peserta laki-laki memberi kontribusi besar terhadap keberhasilan pelatihan. Pembahasan menunjukkan bahwa pendekatan audio-visual dan praktik langsung efektif dalam meningkatkan kesiapan takmir dalam menghadapi kasus jenazah infeksius. Pelatihan ini sekaligus meluruskan pemahaman yang keliru terkait tata cara syariat dalam pemulasaraan. Simpulan dari kegiatan ini adalah meningkatnya pengetahuan dan keterampilan takmir masjid dalam memberikan layanan perawatan jenazah yang aman dan sesuai syariat. Saran yang diberikan meliputi pelatihan lanjutan secara berkala, peningkatan keterlibatan peserta terutama ibu-ibu, pembentukan tim pemulasaraan terlatih, penyediaan APD standar, serta kerja sama berkelanjutan dengan institusi kesehatan.

Abstract. *The management of deceased bodies is an essential fardhu kifayah obligation in Islam and plays a crucial role in community services, particularly for mosque administrators responsible for conducting the procedures of bathing, shrouding, praying, and burial. In cases involving infectious diseases, body management requires strict application of Universal Precautions to prevent transmission through blood, body fluids, or potentially infectious tissues. Masjid Al-Amanah Kendari, as an active religious center with a diverse congregation, requires enhanced capacity among its administrators in handling infectious deceased cases. Responding to this need, a Community Service Program was conducted under the theme “Training on Management of Infectious Deceased Bodies for the Administrators of Masjid Al-Amanah Kendari.” The training employed lectures, discussions, simulations, and hands-on practice. It was conducted on June 15, 2025, at Masjid Al-Amanah Kendari, in collaboration with KMHK. The materials covered Islamic procedures for bathing, shrouding, performing funeral prayers, and burial, with emphasis on infection control measures. Evaluation was carried out through process and outcome assessment. The results indicated a significant improvement in participants’ understanding of the procedures, as shown by their enthusiasm, active questioning, and ability to perform practical demonstrations. However, participation from female attendees was limited due to fear of imagining the body-washing process. Nevertheless, strong support from mosque leaders and active involvement from male participants contributed to the training’s success. The discussion highlights that combining audio-visual learning with hands-on practice effectively enhances readiness in handling infectious deceased cases. The training also corrected several misconceptions related to Islamic funeral procedures. In conclusion, the activity successfully improved the knowledge and skills of mosque administrators in providing safe and Sharia-compliant body care services. Recommendations include regular follow-up training, increased involvement of female participants, formation of a trained funeral care team, availability of standard protective equipment, and continued collaboration with health institutions.*

Pendahuluan

Perawatan jenazah adalah tindakan untuk mempersiapkan jenazah setelah meninggal, termasuk memandikan, mengkafani, dan mempersiapkannya untuk disalatkan (jika muslim) dan dikuburkan(1). Prinsip Perawatan Jenazah: selalu menerapkan Kewaspadaan Universal (memperlakukan setiap cairan tubuh, darah dan jaringan tubuh manusia sebagai bahan yang infeksius), tanpa mengabaikan Budaya dan Agama yang dianut keluarga, tindakan ini mampu mencegah penularan penyakit menular a(2).

Masyarakat perlu mewaspadaai kemungkinan terjadinya penularan penyakit melalui jenazah(2,3). Jenazah tetap memiliki potensi untuk menularkan penyakit walaupun sudah meninggal seperti Antraks, Hepatitis (seperti Hepatitis B atau Hepatitis C), HIV/AIDS, Tuberculosis, Flu Burung, Infeksi Saluran Cerna (seperti diare Rotavirus, Salmonellosis, E. coli, Demam Tifoid, Hepatitis A, Shigellosis dan Kolera) dan juga Covid-19(2). Selain jenazah yang memiliki penyakit menular saat hidup, kematian yang diakibatkan oleh kecelakaan juga

merupakan jenazah yang infeksius, sehingga diperlukan perawatan khusus pada jenazah seperti: memandikan, mengkafani dan memakamkan (2,4).

Semua petugas, keluarga, maupun anggota masyarakat yang terlibat dalam penanganan jenazah infeksius dianjurkan telah menerima vaksinasi terlebih dahulu sebelum melakukan proses pemulasaraan(5). Hindari kontak langsung dengan darah atau cairan tubuh. Bersihkan luka atau bekas suntikan dengan desinfektan dan tutup semua lubang tubuh dengan kasa kedap air. Pastikan jenazah bersih dan kering. Jenazah HIV/AIDS yang sudah dibungkus tidak boleh dibuka atau diawetkan kecuali oleh petugas terlatih(2).

Berdasarkan analisis situasi yang telah dipaparkan tentang pentingnya pelatihan mengenai ‘Pelatihan perawatan jenazah dengan penyakit menular pada takmir Masjid Al Amanah Kendari’ maka Dosen Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengambil lokasi pengabdian di Masjid Al-Amanah Kendari yang menjadi pusat pelayanan masyarakat di Anduonohu regency

Nanga-nanga. Jumlah pendatang yang banyak bermukim di wilayah Nanga-nanga seringkali ikut berkegiatan berjama'ah di masjid Al-Amanah yang termasuk salah satu masjid terbesar di daerah nanga-nanga. Kegiatan masjid yang aktif dengan jama'ah yang berasal dari dalam dan luar perumahan Anduonohu Regency seringkali menjadikan takmir masjid harus meningkatkan pengetahuan untuk melayani masyarakat.

Salah satunya yaitu mengenai penyelenggaraan perawatan jenazah. Namun, takmir masjid belum pernah terpapar mengenai perawatan jenazah dengan penyakit menular. Sehingga peningkatan pengetahuan dan keterampilan diperlukan supaya dapat melayani masyarakat disaat yang bersamaan tetap menjaga diri.

Melihat permasalahan yang telah diuraikan, maka dosen pelaksana PKM Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo Kendari Bermaksud Melakukan 'Pelatihan perawatan jenazah dengan penyakit menular pada takmir Masjid Al Amanah Kendari'

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini memiliki tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan takmir masjid Al-Amanah karena mayoritas penduduk di anduonohu regency adalah umat muslim, maka perawatan jenazah yang akan diselenggarakan adalah menurut tata cara Islam. Sehingga takmir masjid dapat melayani masyarakat dan dapat memberikan perlindungan pada diri saat melakukan perawatan jenazah dengan penyakit menular.

Metode

Waktu dan Tempat

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini direncanakan dilaksanakan pada 15 Juni 2025 dengan tempat pelaksanaan kegiatan pada Masjid Al Amanah Anduonohu Regency.

Alat dan Bahan

Kain kafan, ember, gayung, klorin, celemek, tikar pandan, sabun, kapur barus dan wewangian. Alat pelindung diri (APD)

tambahan jika jenazah memiliki penyakit menular(5,6).

Metode Pelaksanaan

Sasaran kegiatan adalah takmir masjid Al-Amanah Anduonohu Regency Kendari. Kegiatan pelatihan ini dilaksanakan yan bekerja sama dengan tim pelatih dari komunitas muslimah hijrah kota kendari (KMHK) dengan beberapa metode dimana menggabungkan metode audio, visual dan praktik untuk pemahaman yang lebih baik (7):

- a. Ceramah dan tanya jawab
- b. Simulasi Praktik perawatan Jenazah
- c. Praktik perawatan jenazah

Metode Penyuluhan yang dilakukan diuraikan sebagai berikut:

- a. Topik: Pelatihan perawatan jenazah pada pasien dengan penyakit menular di Anduonohu
- b. Waktu: 180 menit
- c. Materi; Memandikan jenazah, orang-orang yang berhak memandikan jenazah, persiapan sebelum memandikan jenazah, tata cara memandikan jenazah, memandikan jenazah dengan penyakit menular, mengkafani dan menyolatkan jenazah
- d. Metode: Ceramah, tanya jawab dan praktikum
- e. Evaluasi dilaksanakan dalam 2 tahap yaitu evaluasi proses dan hasil



Gambar 1. Alat dan Bahan



Gambar 2. Alat Pelindung Diri

Hasil dan Pembahasan

Persiapan dilaksanakan dengan berdialog dengan takmir masjid Al Amanah mengenai pentingnya pengetahuan takmir masjid dalam penyelenggaraan perawatan jenazah

Kegiatan ini dilaksanakan di dalam masjid Al Amanah dengan nara sumber Dr. Lilin Rosyanti, S.Kep., M.Kep beserta tim KMHK. Pelaksanaan dimulai pukul 09.00 sampai dengan pukul 12.00 WITA. Peralatan dan bahan dipersiapkan bersama tim pengabdian dan tim KMHK.



Gambar 3. Narasumber Membawakan Materi

Materi disampaikan oleh Nara Sumber dengan pemberian ceramah dan tanya jawab. Kemudian dilanjutkan dengan praktikum secara berkelompok.



Gambar 4. Peserta Mengikuti Kegiatan

Pada sesi tanya jawab, peserta menanyakan apa pentingnya penggunaan klorin saat memandikan jenazah dengan penyakit

menular. Menurut Narasumber, penggunaan klorin adalah untuk mencegah penularan penyakit seperti Hepatitis B, Hepatitis C, Tuberkulosis (TBC), Kolera, dan penyakit menular lainnya yang dapat menular melalui cairan tubuh manusia.

Tata cara desinfeksi jenazah dijelaskan dengan baik oleh Narasumber, diantaranya mengenakan APD, menutup menyiram jenazah dengan klorin terlebih dahulu, menutup luka jika ada, kemudian dilanjutkan dengan tata cara yang umum dilaksanakan. Setelah selesai memandikan jenazah, lantai dan semua alat yang digunakan dibersihkan dengan klorin. APD satu kali pakai dibuang ke tempat yang aman untuk kemudian dibakar.



Gambar 5. Praktikum perawatan jenazah

Kelemahan dalam kegiatan pengabdian ini adalah peserta kebanyakan berasal dari kalangan ibu-ibu tidak berserdia hadir. Hal ini dikarenakan ibu-ibu merasa takut untuk membayangkan memandikan jenazah. Sehingga peserta bapak-bapak mendominasi hadir mengikuti kegiatan ini. Takmir Masjid mendukung kegiatan dengan menyediakan tempat, mengumumkan kepada takmir masjid untuk mengikuti kegiatan pelatihan.

Serta membantu tim pengabdian untuk menyajikan konsumsi yang telah disediakan oleh tim pengabdian

Secara subjektif, peserta merasa sangat terbantu dalam pembaharuan ilmu mengenai tata cara perawatan jenazah. Beberapa pemahaman yang keliru mengenai tata cara perawatan jenazah telah diluruskan dalam kegiatan pelatihan ini. Adanya praktik dalam pelatihan ini semakin menambah pemahaman peserta.

Secara objektif, peserta nampak antusias dan banyak mengajukan pertanyaan selama kegiatan pengabdian berlangsung. Kegiatan ini sangat bersinergi dengan program takmis masjid dalam memberikan pelayanan kepada umat.

Simpulan dan Saran

Simpulan

Kegiatan Pelatihan Perawatan Jenazah dengan Penyakit Menular pada Takmir Masjid Al-Amanah Kendari telah berjalan dengan baik dan memberikan dampak positif bagi peserta. Pelatihan ini sangat penting mengingat takmir masjid merupakan pihak yang sering terlibat dalam pengelolaan jenazah di lingkungan masyarakat, terutama pada kasus jenazah dengan risiko penularan penyakit. Melalui kegiatan ini, takmir memperoleh pengetahuan dan keterampilan mengenai prinsip kewaspadaan universal, tata cara perawatan jenazah sesuai syariat Islam, serta prosedur khusus yang harus dilakukan ketika menangani jenazah infeksius.

Pelaksanaan pelatihan yang menggabungkan metode ceramah, simulasi, dan praktik terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta. Antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan serta keterlibatan aktif selama sesi praktik. Selain itu, dukungan penuh dari pihak takmir masjid turut membantu kelancaran kegiatan.

Meskipun pelaksanaan berjalan baik, terdapat kelemahan berupa rendahnya partisipasi ibu-ibu akibat rasa takut dalam membayangkan proses memandikan jenazah. Namun demikian, partisipasi bapak-bapak tetap memberikan hasil yang optimal terhadap tujuan kegiatan.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan kesiapan takmir masjid dalam memberikan layanan perawatan jenazah yang aman, sesuai syariat, dan sesuai prosedur kesehatan dalam mencegah penularan penyakit.

Saran

1. Perlu dilakukan pelatihan lanjutan secara berkala untuk memperdalam keterampilan praktik, terutama untuk menghadapi berbagai kondisi jenazah infeksius sesuai protokol kesehatan terbaru.
2. Perlu menjangkau dan melibatkan lebih banyak peserta, terutama kalangan ibu-ibu yang selama ini cenderung menghindari kegiatan terkait perawatan jenazah. Pendekatan persuasif dan pemberian pemahaman bertahap dapat membantu meningkatkan keberanian mereka.
3. Takmir masjid disarankan menyusun tim khusus yang terlatih dalam perawatan jenazah infeksius agar pelayanan dapat dilakukan dengan lebih terstruktur dan aman.
4. Pemberian alat pelindung diri (APD) standar seperti sarung tangan, masker, celemek tahan air, dan disinfektan perlu dipastikan tersedia setiap saat di masjid agar prosedur perawatan jenazah dapat dilakukan sesuai kewaspadaan universal.
5. Kerja sama dengan instansi kesehatan seperti puskesmas atau fakultas kedokteran perlu terus dilanjutkan untuk pendampingan, pembaruan pengetahuan, serta pemantauan standar pelaksanaan perawatan jenazah.

Referensi

1. Irfan, Ridwan H, K S, Wahidayanti. Pelatihan Penyelenggaraan Jenazah Di Dusun Rumpala Desa Botolempangan Kecamatan Sinjai Barat Kabupaten Sinjai. INKAMKU J Community Serv Inst Agama Islam Muhammadiyah Sinjai. 2023;2(1):5–13.
2. Dinkesgk. Artikel. 2022 [cited 2025 Jun 3]. Perawatan Jenazah dengan Penyakit Menular. Available from: <https://dinkes.gunungkidulkab.go.id/perawatan-jenazah-dengan-penyakit-menular/>
3. Haharap IL. Pencegahan Dan Pengendalian Infeksi Pada Jenazah Pasien Covid-19. J Kedokt. 2020;9(3):215–9.
4. Ridho MM, Zuhdi S, Amrullah M. Pemulasaraan Jenazah Infeksus Sesuai Kaidah Medis dan Syar ' i (Pelatihan Pemulasaraan Jenazah di Dukuh Tlangu , Desa Ketitang , Kecamatan Nogosari , Kabupaten Boyolali , Jawa Tengah). KHAIRUKUM J Pengabdi Kpd Masy. 2024;1(1):29–50.

5. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Infeksi Di Fasilitas Pelayanan Kesehatan. Indonesia; 2017.
6. Tim Penyusun Fakultas Syariah Dan Hukum Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau. Buku Panduan Praktikum : Penyelenggaraan Jenazah. Riau: Fakultas Syariah Dan Hukum Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau; 2021.
7. Nurmalia. Efektivitas Intervensi Media Audio Visual Aku Bangga Aku Tahu Dalam Pencegahan Penularan Hiv-Aids Pada Remaja. Heal J Inov Ris Ilmu Kesehat. 2022;1(3):158–65.



Edukasi Pencegahan Demam Typhoid Di SDN 88 Sapatana

Nur Fitriah Jumatrin, Cindy Puspitas Sari Haji Jafar

Jurusan Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Ilmu Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Korespondensi

Ilmu Keperawatan, Fakultas Olahraga dan Ilmu Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo

Perumahan Alya Residence, Dulomo Selatan Kec. Kota Utara, Kota Gorontalo, Gorontalo 96128

Email: cindy@ung.ac.id

Kata Kunci:

Pendidikan Kesehatan; Demam Typhoid ; Anak.

Keywords:

Health Education; Deman Typhoid ; Children.

Abstrak. Demam typhoid menjadi salah satu penyakit yang mengancam nyawa disebabkan oleh penularan bakteri *Salmonella Typhi*. Demam typhoid paling sering ditemukan pada wilayah yang memiliki keterbatasan dalam akses air bersih, sanitasi buruk dan tingkat kebersihan rendah. Faktor resiko demam typhoid konsumsi makanan jajanan kaki lima (jajanan pinggir jalan), produk susu, ice cream, jus, dan buah-bahan. Anak-anak menjadi populasi yang rentan terhadap demam typhoid. Kelompok usia ini dikenal dengan tingkat aktivitas fisiknya yang tinggi, yang dapat mengakibatkan pola makan dan kebersihan yang kurang terjaga. Tujuan pengabdian masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan siswa(i) dalam mencegah demam typhoid. Kegiatan dilakukan dalam bentuk pendidikan kesehatan pada siswa(i) kelas 5 SD sebanyak 20 orang. Hasil dari pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa(i) sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan pencegahan demam typhoid dengan nilai rata-rata pre test 73 dan post test meningkat menjadi 87,50.

Abstract. Typhoid fever is a life-threatening disease caused by the transmission of *Salmonella Typhi* bacteria. Typhoid fever is most often found in areas with limited access to clean water, poor sanitation, and low levels of hygiene. Risk factors for typhoid fever include consuming street food, dairy products, ice cream, juice, and fruit. Children are a vulnerable population to typhoid fever. This age group is known for their high levels of physical activity, which can result in poor diet and hygiene. The purpose of community service is to increase students' knowledge in preventing typhoid fever. The activity was carried out in the form of health education for 20 fifth-grade elementary school students. The results of the pretest and posttest showed an increase in students' knowledge before and after being given health education on typhoid fever prevention, with an average pre-test score of 73 and a post-test score increasing to 87.50.

Pendahuluan

Demam typhoid menjadi salah satu penyakit yang mengancam nyawa disebabkan oleh penularan bakteri *Salmonella Typhi* (1). Demam typhoid memiliki masa inkubasi 6-30 hari sebelum muncul tanda dan gejala antara lain demam, anoreksia, sakit kepala, dan malaise hampir umum terjadi, dan gejala perut

seperti nyeri, kembung, sembelit, dan diare. Batuk kering, mialgia, dan sakit tenggorokan juga dapat terjadi (2,3)

Demam typhoid paling sering ditemukan pada orang-orang yang berpegian atau tinggal di negara-negara dengan tingkat penghasilan renda-sedang yang memiliki keterbatasan dalam akses air bersih, sanitasi yang buruk dan tingkat kebersihan rendah (*Water, Sanitation, and*

Hygiene) yang biasa disingkat dengan istilah WASH (2). Penularan demam typhoid identik dengan istilah “4F” yaitu *Food* (makanan), *Fingers* (jari-jari tangan), *Fly* (lalat) dan *Feces* (tinja/kotoran). Penularan juga bisa terjadi pada muntah dari penderita demam typhoid(1,2).

Faktor resiko demam typhoid konsumsi makanan jajanan kaki lima (jajanan pinggir jalan), produk susu, ice cream, jus, dan buah-bahan. Selain itu faktor resiko yang berkontribusi dalam demam typhoid meliputi kepadatan penduduk yang tinggi, status sosial ekonomi rendah, tingkat literasi yang rendah, dan paparan pekerjaan, seperti penanganan bakteri di laboratorium mikrobiologi klinis (4).

Prevalensi demam typhoid mayoritas ditemukan pada rentang usia 5-9 tahun. Anak-anak menjadi populasi yang rentan terhadap demam typhoid (2,5). Kelompok usia ini dikenal dengan tingkat aktivitas fisiknya yang tinggi, yang dapat mengakibatkan pola makan dan kebersihan yang kurang terjaga. Selain itu, kurangnya bimbingan orang tua mengenai perilaku hidup bersih dan sehat dapat menyebabkan munculnya kebiasaan makan yang tidak sehat seperti ngemil atau makan di luar, yang keamanan pangannya tidak terjamin dan dapat menjadi tempat berkembang biaknya bakteri *Salmonella Typhi*. Anak-anak sekolah sangat rentan mengonsumsi berbagai jenis makanan dari pedagang kaki lima dan minum air yang terkontaminasi(6).

Mengacu pada pedoman pengendalian demam tifoid yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, dicantumkan beberapa aspek pencegahan dan pengendalian typhoid antara lain perbaikan sanitasi lingkungan, peningkatan hygiene makanan dan minuman, dan peningkatan hygiene perorangan (7). Upaya pengendalian demam typhoid dapat dilakukan dengan berbagai metode, seperti meningkatkan pengetahuan masyarakat. Pendidikan kesehatan menjadi salah satu cara yang bisa dilakukan dalam meningkatkan pengetahuan untuk semua kalangan usia.

Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat menggunakan metode penyuluhan atau pendidikan kesehatan tentang demam typhoid. Media yang digunakan adalah Smart TV, laptop, set peralatan game dan kuesioner. Metode kegiatan dalam bentuk permainan

edukasi dengan menyusun tema “**Detektif Cilik Lawan Demam Typhoid**”. Pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahap :

1. Tahap Persiapan

- Mempersiapkan peserta
- Mengatur ruangan sesuai dengan metode penyuluhan
- Melakukan pre test menggunakan kuesioner yang berisi tentang pemahaman dasar mengenai demam typhoid yaitu penyebab, penularan, tanda dan gejala, cara pencegahan dan penanganan dasar demam typhoid.

2. Tahap Pelaksanaan

- Pembukaan kegiatan
- Pemutaran video animasi mengenai demam typhoid yang berdurasi 10 menit.
- Pelaksanaan game terkait demam typhoid yang dilakukan secara berkelompok. Masing masing kelompok terdiri dari 5 siswa(i) yang bekerjasama dalam menyelesaikan game mengenai demam typhoid.

3. Tahap Penutup

- Pelaksanaan post-test
- Pemberian penghargaan pada setiap kelompok
- Evaluasi kegiatan

Hasil Dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SDN 88 Saptana Kota Gorontalo. Peserta kegiatan yaitu siswa(i) kelas V (5) sebanyak 20 orang. Waktu pelaksanaan kegiatan 4 November 2025.

Pelaksanaan kegiatan berjalan sesuai Satuan Acara Penyuluhan (SAP), kegiatan di damping oleh guru kelas dan Kepala Sekolah SDN 88 Sapatana. Siswa(i) bersemangat dan aktif selama kegiatan berlangsung. Suasana kegiatan lebih menarik dengan Ice breaking dan game yang menambah ketertarikan siswa(i) mengikuti kegiatan sampai selesai.

Indikator keberhasilan pengabdian terhadap pengetahuan siswa(i) diukur melalui kuesioner. Hasil dari pretest dan posttest menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa(i) sebelum dan setelah diberikan pendidikan kesehatan dengan nilai rata-rata pre test 73 dan post test meningkat menjadi 87,50.

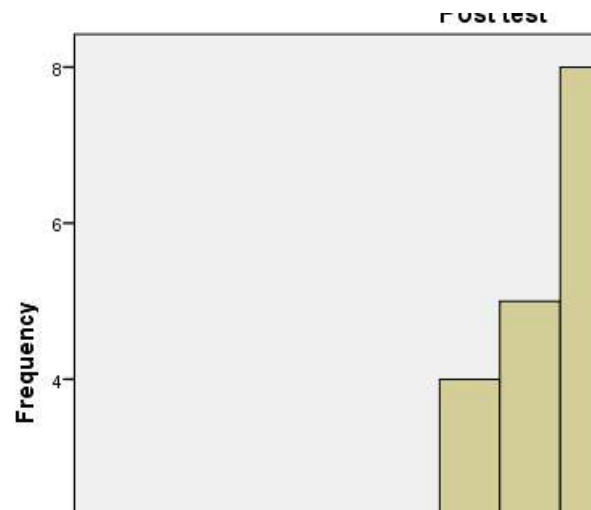
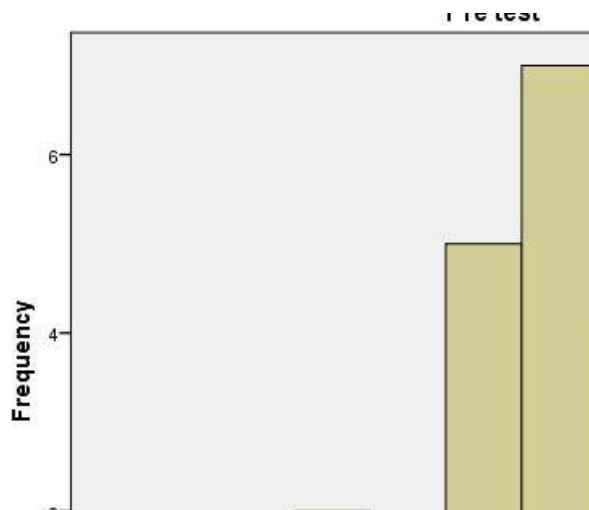
Pengetahuan yang baik mengenai demam typhoid dapat menjadi dasar dalam mencegah demam typhoid. Peningkatan pengetahuan akan membentuk perilaku sehat (8–10).



Gambar 1: Pelaksanaan game berkelompok dan ice breaking



Gambar 2: Pemberian penghargaan pada masing-masing kelompok



Gambar 3: Hasil pretest dan posttest pengetahuan siswa(i) sebelum diberikan pendidikan kesehatan

Simpulan Dan Saran

Pendidikan kesehatan dengan metode game dapat meningkatkan pengetahuan siswa(i) terhadap pencegahan demam typhoid. Selain itu, metode tersebut juga dapat meningkatkan semangat dan keaktifan siswa(i) selama kegiatan serta meningkatkan skill komunikasi secara

berkelompok. Kegiatan pengabdian diharapkan dapat dilanjutkan oleh pihak sekolah serta instansi terkait lainnya dalam pencegahan demam typhoid.

Daftar Rujukan

1. World Health Organization. World Health Organization. 2023. Typhoid. Available from: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/typhoid>
2. Bhandar; J, Thada; PK, Hashmi; MF, DeVos. E. Typhoid Fever [Internet]. StatPearls Publishing LLC; 2024. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK557513/>
3. Widiyanto P, Kamal S. Section : Paediatric Nursing Effectiveness of warm compresses in reducing fever in children with typhoid fever. 2024;1.
4. Roxana E, Dorneanu OS, Trofin F, Sima CM. Assessing Salmonella Typhi Pathogenicity and Prevention: The Crucial Role of Vaccination in Combating Typhoid Fever. 2025;1–27.
5. Okyere PB, Twumasi-ankrah S, Newton S, Darko SN, Ansah MO, Darko E, et al. Risk Factors for Typhoid Fever: Systematic Review. 2025;11.
6. Dzaky Dhawy Dermawan;, Fadillah; Q, Budi; A. Description Of Characteristics Of Typhoid Fever Patients In Children Aged 5-14 Years At Rsu Royal Prima Medan Period. 2024;3:3668–75.
7. Menteri Kesehatan Republik Indonesia. Keputusan Menteri kesehatan Republik Indonesia Nomor 364/Menkes/SK/V/2026 Tentang Pedoman Pengendalian Demam Tifoid. Indonesia; 2006.
8. Betan; A, Baharuddin;, Fatmawati; Personal Hygiene dengan Kejadian Demam Tifoid Pendahuluan Metode. 2022;11:505–12.
9. Ramadhani M, Isnayanti D, Mourisa C. Edukasi Kesehatan Tentang Penyakit Demam Tifoid Pada Anak MDTA. 2022;7.
10. Bellji GA, Sri I, Wulandari M, Keperawatan FI, Indonesia UA, Barat B. Hubungan pengetahuan dengan perilaku pencegahan demam tifoid pada mahasiswa keperawatan. 2020;77–83.



Upaya Pencegahan Karies Gigi Melalui Edukasi Berbasis Media Audio-Visual Dan Simulasi Sikat Gigi di SDN 76 Kota Kendari

Arfiyan Sukmadi, Saida, La Rangki

Program Studi Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Halu Oleo, Kendari, Indonesia

Korespondensi: Arfiyan Sukmadi

Keperawatan Terapan, Universitas Halu Oleo

Kendari, Sulawesi Tenggara

Email: arfiyan.sukmadi@uho.ac.id

Kata Kunci:

Audio visual; Edukasi; Karies Gigi.

Keywords:

Audio-visual; Education; Dental Caries.

Abstrak. Masalah kesehatan gigi dan mulut masih menjadi tantangan utama bagi anak usia sekolah dasar, terutama karies gigi karena kebiasaan menyikat gigi yang kurang benar serta rendahnya kesadaran menjaga kebersihan gigi dan mulut. Karies yang tidak ditangani dapat menyebabkan nyeri, gangguan makan, dan penurunan konsentrasi belajar sehingga berdampak terhadap kualitas belajar anak. Upaya pencegahan melalui pendidikan kesehatan gigi perlu dilakukan dengan pendekatan yang menarik dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa sekolah dasar dalam mencegah karies gigi melalui edukasi berbasis media audio-visual dan simulasi menyikat gigi. Kegiatan dilaksanakan di SDN 76 Kota Kendari pada bulan Juni 2025 dengan melibatkan 50 siswa kelas III–V. Metode pelaksanaan terdiri atas penyuluhan melalui pemutaran video edukatif tentang kesehatan gigi, demonstrasi teknik menyikat gigi, simulasi oleh siswa, serta evaluasi melalui pretest-posttest, dan observasi keterampilan menyikat gigi. Data hasil evaluasi dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan rata-rata skor sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa dari 56% menjadi 90%, serta keterampilan menyikat gigi yang benar meningkat hingga 85%. Kegiatan ini membuktikan bahwa pendekatan edukasi interaktif melalui media audio visual dan simulasi mampu meningkatkan pemahaman, keterampilan, dan motivasi anak sekolah dasar dalam menjaga kesehatan gigi dan mencegah karies gigi secara berkelanjutan.

Abstract. Oral and dental health problems remain a major challenge for elementary school-aged children, especially dental caries, due to incorrect tooth brushing habits and low awareness of maintaining oral and dental hygiene. Untreated caries can cause pain, eating disorders, and reduced learning concentration, which impacts the child's learning quality. Preventive efforts thru dental health education need to be carried out with an engaging approach that is appropriate for the child's developmental stage. This community service aims to increase the knowledge and skills of elementary school students in preventing dental caries thru audio-visual media based education and toothbrushing simulations. The activity will be held at SDN 76 Kota Kendari in June 2025, involving 50 students from grades III to V. The implementation methods include education thru the screening of educational videos about dental health, demonstrations of tooth brushing techniques, student simulations, and evaluation thru pre-tests, post-tests, and observation of tooth brushing skills. The evaluation data was analyzed descriptively by comparing the average scores before and after the activity. The results showed an increase in students' knowledge from 56% to 90%, and correct tooth brushing skills increased to 85%.

This activity proves that an interactive educational approach using audio-visual media and simulations can improve elementary school children's understanding, skills, and motivation in maintaining dental health and preventing tooth decay sustainably.

Pendahuluan

Karies gigi merupakan salah satu penyakit kronis yang paling umum ditemukan pada anak usia sekolah dasar di seluruh dunia dan tetap menjadi tantangan besar di negara berkembang. Ketika karies tidak ditangani secara tepat, kondisi tersebut dapat menyebabkan rasa sakit, gangguan mengunyah dan penurunan konsentrasi belajar yang secara keseluruhan dapat memengaruhi kualitas belajar anak sekolah (1). *World Health Organization* (WHO) menekankan perlunya pergeseran dari pelayanan kuratif kepada strategi promotif dan preventif, termasuk intervensi di sekolah sebagai langkah strategis untuk membentuk perilaku kesehatan gigi dan mulut sejak dini (2).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi masalah kesehatan gigi dan mulut (termasuk karies) pada penduduk usia 3 tahun ke atas adalah 56,9%. Meskipun ada peningkatan kesadaran masyarakat untuk menyikat gigi (95,6% menyikat gigi setiap hari), hanya 11,2% dari populasi yang berobat ke tenaga medis untuk masalah gigi dan mulut. Data tersebut menunjukkan bahwa prevalensi masalah kesehatan gigi dan mulut pada anak sekolah masih cukup tinggi, sedangkan perilaku pencegahan seperti menyikat gigi secara teratur dan teknik yang benar masih rendah serta belum optimal di banyak sekolah (3). Sekolah menjadi arena efektif untuk promosi kesehatan oral karena menjangkau kelompok usia kunci, memungkinkan pengulangan intervensi, dan mendukung pembentukan kebiasaan sehat lewat keterlibatan guru serta lingkungan sekolah (4). Dengan demikian, intervensi yang dirancang untuk anak sekolah sebaiknya menggunakan metode yang sesuai dengan tahap perkembangan kognitif dan gaya belajar anak, misalnya media audio-visual, permainan edukatif, simulasi teknik menyikat gigi, dan praktik langsung (5).

Bukti ilmiah mutakhir menunjukkan bahwa program edukasi kesehatan gigi berbasis sekolah (*school-based oral health education*, SBOHE) secara konsisten mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kebersihan oral anak sekolah dasar, meskipun efek jangka panjang pada indikator klinis seperti indeks

karies DMFT (*Decayed, Missing, Filled Teeth*) masih belum konsisten (6, 7). Terutama, ulasan sistematis menunjukkan bahwa intervensi yang menggabungkan keterampilan praktik (*skill-based education*) serta perubahan lingkungan sekolah (guru terlatih, akses bahan kebersihan mulut, dukungan sekolah) memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan edukasi ceramah saja (6, 8).

Lebih spesifik lagi, metode edukasi yang menggabungkan unsur audio-visual (video, animasi, lagu edukatif) dan komponen simulasi atau demonstrasi teknik menyikat gigi menunjukkan hasil yang lebih baik dalam meningkatkan keterampilan serta transfer perilaku anak dibanding metode tradisional saja (9, 10). Pendekatan simulasi menyikat gigi memungkinkan anak bukan hanya menerima informasi tetapi juga melakukan *learning by doing*, yang penting dalam membentuk kebiasaan motorik menyikat gigi yang benar (5).

Studi lapangan menunjukkan bahwa praktik menyikat gigi yang benar pada anak sekolah masih kurang, dan materi edukasi yang menarik serta mudah diimplementasikan oleh guru di sekolah sering terbatas. Oleh karena itu, desain intervensi yang memanfaatkan media audio-visual khusus dan modul simulasi di sekolah dipandang memiliki potensi besar untuk meningkatkan motivasi, penerimaan, dan retensi perilaku sehat gigi anak (9).

Berdasarkan pertimbangan konseptual dan empiris tersebut, program pengabdian ini dirancang untuk menerapkan edukasi kesehatan gigi berbasis media audio-visual dan simulasi menyikat gigi di SDN 76 Kota Kendari dengan tujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan pencegahan karies gigi pada siswa sekolah dasar. Evaluasi akan fokus pada perubahan skor pengetahuan dan proporsi siswa yang mampu mempraktikkan teknik menyikat gigi dengan benar setelah intervensi (*pre-post assessment*) serta aspek penerimaan siswa dan guru sebagai indikator kesiapan replikasi program di sekolah lain.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan menggunakan pendekatan partisipatif yang menekankan keterlibatan aktif siswa sekolah dasar, guru, dan tim pelaksana dalam proses pembelajaran kesehatan gigi. Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak dalam mencegah karies gigi melalui edukasi berbasis media audio visual dan simulasi menyikat gigi. Kegiatan berlangsung pada bulan Juni 2025 di SDN 76 Kota Kendari, dengan sasaran sebanyak 50 siswa kelas III–V. Tahapan pelaksanaan kegiatan terdiri dari tiga tahap utama, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang berkesinambungan.

Pada tahap perencanaan, tim pengabdian melakukan identifikasi lokasi dan sasaran kegiatan melalui koordinasi dengan pihak sekolah dan Dinas Pendidikan Kota Kendari. SDN 76 dipilih karena hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memahami cara menyikat gigi yang benar, serta minimnya kegiatan edukasi kesehatan gigi secara berkala. Selanjutnya, dilakukan koordinasi dan perizinan kepada kepala sekolah serta guru wali kelas untuk menentukan jadwal, tempat kegiatan, dan mekanisme pelibatan guru sebagai pendamping siswa.

Tim pelaksana kemudian menyusun materi dan media edukasi yang akan digunakan dalam kegiatan. Materi edukasi mencakup konsep dasar tentang karies gigi, penyebab, dampak terhadap kesehatan, waktu menyikat gigi yang tepat, serta teknik menyikat gigi yang benar. Media utama yang digunakan berupa video edukatif animasi berdurasi lima menit berjudul “Gigi Sehat, Senyum Ceria”, yang berisi pesan-pesan sederhana dan visual menarik sesuai karakteristik anak sekolah dasar. Selain itu, disiapkan manekin gigi dan sikat gigi untuk kegiatan demonstrasi dan simulasi. Pada tahap ini juga dilakukan pembagian tugas kepada anggota tim yang terdiri atas tiga dosen dan tiga mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Halu Oleo, dengan peran masing-masing sebagai fasilitator edukasi, demonstrator, evaluator, dan dokumentator.

Tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan dalam satu hari, dimulai dengan kegiatan pembukaan yang dihadiri oleh guru dan siswa (peserta). Sebelum intervensi, dilakukan *pretest* untuk menilai pengetahuan dasar siswa tentang

kesehatan gigi dan kebiasaan menyikat gigi menggunakan kuesioner sederhana berisi lima pertanyaan pilihan ganda. Setelah itu, siswa mengikuti sesi edukasi dengan pemutaran video animasi tentang pentingnya menjaga kebersihan gigi dan teknik menyikat gigi yang benar. Anak-anak kemudian diajak berdiskusi dan menjawab pertanyaan sederhana untuk memastikan pemahaman mereka terhadap isi video.

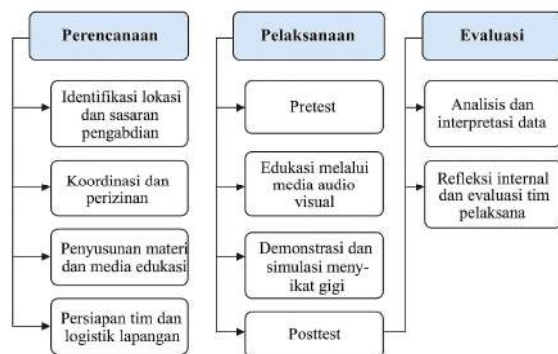
Setelah sesi edukasi, tim melakukan demonstrasi teknik menyikat gigi yang benar menggunakan alat peraga gigi dan sikat gigi dengan memperagakan langkah-langkah teknik *modified Bass*. Kegiatan dilanjutkan dengan simulasi dan praktik langsung oleh siswa, dimana setiap anak menggunakan sikat dan pasta gigi yang telah disediakan. Untuk meningkatkan keterlibatan dan minat, kegiatan simulasi disertai lagu edukatif bertema “Ayo Sikat Gigi” serta sesi permainan sederhana yang menekankan langkah-langkah menyikat gigi yang benar. Selama praktik berlangsung, guru dan anggota tim melakukan observasi keterampilan menggunakan lembar penilaian yang berisi enam indikator penilaian: posisi sikat, arah gerakan, urutan gigi, lama waktu menyikat, penggunaan pasta gigi, dan tahap pembilasan.

Setelah simulasi selesai, siswa kembali mengerjakan *posttest* dengan pertanyaan yang sama seperti *pretest* untuk mengetahui peningkatan pengetahuan setelah kegiatan. Sesi diakhiri dengan refleksi bersama, dimana siswa menceritakan pengalaman mereka selama mengikuti kegiatan, sedangkan guru memberikan umpan balik tentang efektivitas metode yang digunakan. Seluruh proses kegiatan didokumentasikan dalam bentuk foto, video, dan catatan lapangan.

Tahap terakhir adalah evaluasi kegiatan, yang meliputi analisis data, refleksi tim, dan tindak lanjut. Data hasil *pretest* dan *posttest* dianalisis secara deskriptif komparatif dengan menghitung rata-rata skor pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan. Data observasi praktik siswa dianalisis untuk mengetahui persentase keterampilan menyikat gigi yang benar setelah edukasi. Berdasarkan hasil analisis tersebut, tim melakukan refleksi internal untuk mengevaluasi efektivitas metode pembelajaran, hambatan yang ditemui, serta rencana perbaikan untuk kegiatan selanjutnya. Sebagai tindak lanjut, tim menyerahkan video edukatif dan poster langkah-langkah menyikat gigi kepada pihak sekolah agar dapat digunakan dalam kegiatan pembelajaran

tematik maupun program Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS) secara berkelanjutan.

Metode ini menekankan kolaborasi aktif antara dosen, mahasiswa, guru, dan siswa dalam proses pembelajaran yang interaktif dan menyenangkan, sehingga diharapkan dapat membentuk kebiasaan positif dalam menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak usia sekolah dasar.



Gambar 1: Tahapan Kegiatan Pengabdian

Hasil Dan Pembahasan

Hasil evaluasi kegiatan pengabdian ini menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta dari 56% menjadi 90% dan peningkatan proporsi siswa yang mampu melakukan teknik menyikat gigi benar hingga 85%. Temuan peningkatan pengetahuan dan keterampilan praktik pada studi ini konsisten dengan bukti bahwa intervensi pendidikan kesehatan yang bersifat interaktif dan berbasis sekolah cenderung meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku kebersihan mulut anak (11, 12). Temuan terbaru menemukan bahwa program edukasi berbasis sekolah memberikan efek positif pada indikator pengetahuan dan perilaku kebersihan oral, meskipun efek pada indikator klinis (indeks karies) memerlukan dukungan intervensi lanjutan dan waktu pengamatan lebih panjang (4, 13).

Keefektifan pendekatan audio-visual dalam kegiatan pengabdian ini sejalan dengan hasil uji coba terkini yang menunjukkan bahwa media audio-visual, termasuk video animasi dan *edutainment* mampu meningkatkan daya tarik, pemahaman, dan retensi pesan kesehatan pada anak sekolah dibanding metode ceramah biasa (5, 8). Sebuah *Randomized Controlled Trial* (RCT) terbaru yang mengevaluasi penggunaan video berbasis *edutainment* (aplikasi VR, *smart-*

toothbrush feedback) melaporkan peningkatan bermakna pada ukuran pengetahuan dan perilaku oral dibanding kelompok kontrol, dimana hal ini mendukung hipotesis bahwa penyampaian informasi yang kaya visual-audio mempermudah proses pembelajaran anak usia sekolah (14).

Komponen simulasi dan praktik langsung pada kegiatan ini berperan penting dalam perubahan perilaku yang diamati. Teori pembelajaran dan perilaku, khususnya *Social Cognitive Theory* (SCT) menekankan pentingnya *observational learning*, latihan terarah, dan penguatan untuk membentuk keterampilan baru; demonstrasi menggunakan manekin gigi memungkinkan peserta mempelajari teknik melalui pengamatan diikuti oleh praktik yang didampingi, sehingga meningkatkan *self-efficacy* untuk menerapkan perilaku yang benar (12).

Mekanisme perubahan yang mungkin berperan pada kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi: (a) peningkatan pemahaman kognitif melalui audio-visual yang menyederhanakan informasi; (b) peningkatan keterampilan motorik melalui latihan berulang (simulasi) sehingga terjadi transfer keterampilan; dan (c) peningkatan motivasi dan *self-efficacy* akibat umpan balik positif selama praktik dan penguatan dari guru serta teman sekelas. Pendekatan kombinasi informasi dan *skill training* ini direkomendasikan dalam banyak literatur sebagai strategi berbiaya efektif untuk mengubah perilaku menjaga Kesehatan oral jangka pendek pada anak (1, 15).

Meskipun demikian, terdapat beberapa keterbatasan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini. Pertama, luaran yang diamati bersifat tingkah laku jangka pendek (*pretest-posttest* segera setelah edukasi dan simulasi) sehingga belum mencerminkan perubahan klinis jangka panjang seperti penurunan insiden karies atau perubahan indeks karies yang memerlukan periode tindak lanjut jangka panjang. Bukti sistematis menegaskan bahwa meskipun program SBOHE (*school-based oral health education*) memperbaiki perilaku dan pengetahuan, efek terhadap *outcome* klinis umumnya memerlukan intervensi berulang, tambahan komponen preventif (fluoridasi, sealant), dan pemantauan jangka panjang. Kedua, desain kegiatan pengabdian bersifat quasi eksperimental tanpa kelompok kontrol acak sehingga kemungkinan adanya bias tidak dapat diabaikan (10).

Keterbatasan lainnya adalah, skala kegiatan relatif kecil (satu sekolah, 50 peserta) sehingga generalisasi ke populasi lebih luas harus dilakukan hati-hati; banyak studi intervensi skala kecil menunjukkan hasil positif, namun efektivitas pada skala program populasi masih memerlukan bukti lebih luas dan heterogenitas konteks lokal menjadi faktor penting. Implementasi jangka panjang memerlukan integrasi ke dalam mekanisme sekolah misalnya UKG-S dan pelatihan guru agar keberlanjutan intervensi dapat terjaga; WHO dan pedoman nasional merekomendasikan agar intervensi kesehatan sekolah diintegrasikan dalam kebijakan sekolah dan didukung oleh sumber daya lokal untuk mempertahankan efeknya (1, 16).

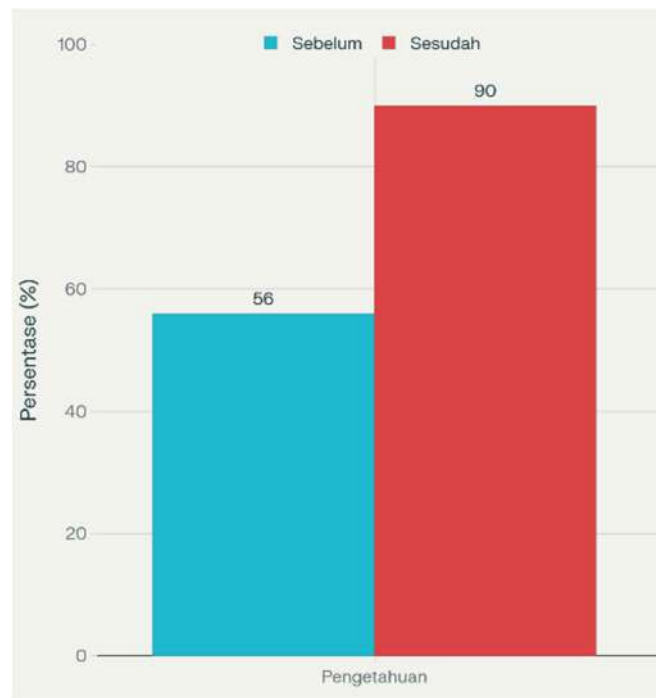
Berdasarkan temuan dan bukti literatur tersebut, beberapa rekomendasi praktis untuk pengembangan program ke depan meliputi: (1) mengadopsi pendekatan multikomponen, yakni mengombinasikan edukasi audio-visual, simulasi praktik berkala, fluoridasi topikal/akses pasta gigi berfluor, dan keterlibatan orang tua/guru untuk memaksimalkan dampak pada luaran klinis jangka panjang; (2) melatih guru sebagai *champion program* agar kegiatan dapat diulang dan disematkan dalam kurikulum kesehatan

sekolah; (3) melakukan evaluasi lanjutan dengan desain yang lebih kuat (mis. cluster-RCT) dan pengukuran luaran klinis (indeks DMFT) serta *follow-up* 6 sampai 12 bulan; dan (4) memanfaatkan teknologi sederhana (aplikasi edukasi, pemantauan perilaku melalui gamifikasi atau perangkat umpan balik) untuk meningkatkan *adherence* dan monitoring. Rekomendasi ini selaras dengan temuan ulasan sistematis yang menekankan perlunya pengulangan intervensi, integrasi teori perilaku, dan evaluasi jangka panjang untuk menghasilkan perubahan klinis yang bermakna (7, 17, 18).

Dari perspektif kebijakan kesehatan masyarakat di Indonesia, data nasional menunjukkan masih tingginya beban masalah gigi dan mulut dan rendahnya cakupan penanganan klinis, sehingga program promotive-preventif di sekolah merupakan strategi logis dan *cost-effective* untuk menjangkau populasi anak (4, 6). Pengalaman implementasi pada SDN 76 menunjukkan bahwa pengembangan materi audio-visual dan paket pelatihan bagi guru dapat dijadikan model yang mudah direplikasi pada sekolah-sekolah lain di wilayah dengan karakteristik serupa, dengan catatan perlu adaptasi budaya dan evaluasi implementasi.



Gambar 2: Pelaksanaan Pelatihan Pembuatan Biopori di Rumah Warga



Grafik 1. Peningkatan Pengetahuan Hasil Edukasi dan Simulasi

Simpulan Dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat di SDN 76 Kota Kendari melalui edukasi berbasis media audio visual dan simulasi menyikat gigi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan kemampuan siswa sekolah dasar dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut. Temuan ini menguatkan bahwa pendekatan pembelajaran yang menarik, sesuai karakteristik anak, dan dikombinasikan dengan pendampingan praktik dapat menjadi strategi efektif dalam upaya promotif preventif kesehatan gigi di lingkungan sekolah.

Kegiatan ini perlu dikembangkan melalui pelaksanaan yang berkelanjutan dan terintegrasi dalam program Usaha Kesehatan Gigi Sekolah (UKGS) agar perubahan perilaku dapat dipertahankan dalam jangka panjang. Guru dan pihak sekolah disarankan untuk memanfaatkan media edukasi yang telah diserahkan, termasuk video dan poster langkah menyikat gigi, sebagai materi pembelajaran rutin. Untuk kegiatan pengabdian berikutnya, perlu dilakukan penguatan pada aspek pendampingan berkala, pelibatan orang tua, serta evaluasi jangka panjang terhadap indikator klinis seperti indeks plak atau status karies. Selain itu, replikasi kegiatan pada sekolah lain dengan karakteristik serupa dan penggunaan teknologi edukasi sederhana dapat memperluas dampak program dalam

meningkatkan kesehatan gigi dan mulut anak sekolah dasar.

Daftar Rujukan

1. Lamster IB, Listl S. The 2021 Who Resolution on Oral Health. Lancet Public Health. 2022.
2. World Health Organization. Who Guideline on School Health Services. 2021.
3. Ministry of Health Republic of I. Survei Kesehatan Indonesia (Ski) 2023: Fact Sheet Kesehatan Gigi Dan Mulut. 2024.
4. Mildawati R, Nugroho BP, Prasetyawan F, Saristiana Y. Optimization of Children's Dental and Oral Health through an Audiovisual Approach. J Pengabdian Masy Biologi Edukasi Kesehatan. 2025.
5. Permana I, Rochmawati E. The Effect of Audio-Visual Education on Oral Health Knowledge of 6–12 Year-Old Children. 2022.
6. Tiwari T, Millar R, Srinivasan M. Effectiveness of Primary School-Based Interventions in Improving Oral Health of Children in Lmics. BMC Oral Health. 2022.
7. Smith MC, Jones A. School-Based Oral Health Education Interventions: Umbrella Review. Systematic Reviews. 2024.
8. Oktaviani S, Sudirman AA, Sulikun S. Effectiveness of Video-Based Health Education on Tooth Brushing Skills of Children. Int J Health Econ Soc Sci. 2024.

9. Athira R, Marykutty M. Effectiveness of Audio-Visual Modelling on Oral Hygiene Practices. *Paediatric Nursing*. 2024.
10. Patel R, Smith PL. School-Based Oral Health Literacy Promotion: Randomized Controlled Trial. *J Public Health Dent*. 2025.
11. Ghasemi H. Effectiveness of a School-Based Oral Health Promotion Program on Dental Caries Incidence. 2025.
12. Al-Hassan S. Effectiveness of an Interactive School-Based Oral Health Education Program. *Children (MDPI)*. 2025;12(10):1302.
13. Nazari A. Health Promotion Theory-Based Educational Interventions for Oral Health. *BMC Oral Health*. 2025.
14. Lee J. Effectiveness of an Oral Health Education Program Using a Smart Toothbrush and Mobile App (Rct). *BMC Oral Health*. 2023.
15. Peerbhay F. Effectiveness of Oral Health Promotion in Children and Adolescents: Systematic Review (Recommendations About Repetition and Reinforcement). *PLoS One*. 2025.
16. World Health Organization. Health-Promoting Schools Framework: Global Standards. 2021.
17. Liu SM. Health Belief Model Constructs Associated with Oral Health Behaviours. *BMC Oral Health*. 2024.
18. Shubayr MA. Integration of Behaviour Theories in Dentistry. *Open Dentistry Journal*. 2025.



Peningkatan Literasi Kesehatan Kader Posyandu dalam Mendukung Transformasi Layanan Kesehatan Primer di Kelurahan Lapulu

Nawawi, Anisa Purnamasari*, Lisnawawi, Nazaruddin, La Ode Ardiansyah

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Mandala Waluya

Korespodensi

Keperawatan, Universitas Mandala Waluya

Email: anisa.purnamasari91@gmail.com

Kata Kunci:

Literasi Kesehatan; Kader Posyandu; Layanan Primer; Pelatihan; Pendampingan

Keywords:

Health Literacy; Posyandu Cadres; Primary Care; Training; Mentoring

Abstrak. Transformasi layanan kesehatan primer menuntut peran aktif kader Posyandu sebagai ujung tombak pelayanan kesehatan dasar. Namun, di Kelurahan Lapulu, kader Posyandu masih menghadapi keterbatasan pengetahuan dan keterampilan, terutama dalam komunikasi efektif serta keterampilan teknis penimbangan, pengukuran antropometri, dan pencatatan pada buku KIA. Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) oleh dosen ini bertujuan untuk meningkatkan literasi kesehatan kader melalui pendekatan edukasi, pelatihan, dan pendampingan partisipatif. Metode kegiatan meliputi tahap persiapan (koordinasi, penyusunan modul, instrumen evaluasi), tahap pelaksanaan (edukasi komunikasi efektif, pelatihan keterampilan teknis melalui demonstrasi, simulasi, dan peer teaching), serta tahap pendampingan dan evaluasi. Evaluasi dilakukan dengan pre-test, post-test, dan observasi keterampilan menggunakan daftar tilik. Hasil menunjukkan adanya peningkatan signifikan pengetahuan kader, dengan nilai rata-rata pre-test 58,7 dan post-test 83,5. Pada aspek keterampilan teknis, terjadi peningkatan kompetensi dari 30% menjadi 85% kader yang mampu melakukan pengukuran antropometri dan pencatatan dengan benar. Pendampingan di Posyandu juga membuktikan kader mampu menerapkan komunikasi efektif, melakukan pengukuran, serta memberikan edukasi singkat kepada masyarakat. PKM ini terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas kader Posyandu melalui penguatan literasi kesehatan. Keberhasilan program mendukung implementasi transformasi layanan kesehatan primer di wilayah pesisir, serta mendorong kader menjadi agen perubahan dalam mewujudkan masyarakat yang sehat, mandiri, dan berdaya.

Abstract. The transformation of primary health care services in Indonesia requires the active role of Posyandu cadres as the frontliners in delivering basic health services. However, in Lapulu Subdistrict, cadres still face limited knowledge and skills, particularly in effective communication as well as technical competencies such as weighing, anthropometric measurements, and recording in the Maternal and Child Health (MCH) handbook. This Lecturers' Community Service Program (PKM) aimed to enhance health literacy among Posyandu cadres through participatory approaches of education, training, and mentoring. The program consisted of three stages: preparation (coordination, training module development, and evaluation tools), implementation (health literacy education, effective communication training, and technical skill practices through demonstrations, simulations, and peer teaching), and mentoring with evaluation. Knowledge improvement was assessed using pre-test and post-test, while skills were evaluated through observational checklists. The results showed a significant improvement in cadres' knowledge, with the average score increasing from 58.7 (pre-test) to 83.5 (post-test). Technical skills competence also improved, from only 30% to 85% of cadres being able to perform

anthropometric measurements and recording accurately. During mentoring, cadres demonstrated effective communication, correct measurements, and simple counseling to mothers. This PKM has proven effective in strengthening the capacity of Posyandu cadres through health literacy improvement. The program contributes to the implementation of primary health care transformation in coastal communities, positioning cadres not only as service providers but also as agents of change toward healthier, more empowered societies.

Pendahuluan

Transformasi layanan kesehatan primer yang sedang digulirkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menuntut adanya penguatan peran masyarakat, khususnya kader Posyandu, sebagai ujung tombak dalam memberikan pelayanan kesehatan dasar¹. Posyandu berfungsi sebagai wadah partisipasi masyarakat dalam upaya promotif dan preventif, sehingga keberadaan kader dengan pengetahuan dan keterampilan memadai sangat penting. Namun, tantangan yang sering dihadapi adalah keterbatasan literasi kesehatan kader sehingga berpengaruh pada kualitas pelayanan yang diberikan kepada masyarakat².

Berdasarkan informasi dari Puskesmas, hingga saat ini di Kelurahan Lapulu belum pernah dilakukan kajian keterampilan kader Posyandu maupun pelatihan yang sesuai dengan kebijakan 25 keterampilan dasar kader Posyandu di bidang kesehatan. Kondisi ini mengindikasikan adanya kesenjangan antara kebijakan nasional dan implementasi di tingkat lokal. Kajian terhadap kondisi keterampilan kader menjadi penting agar materi pelatihan dapat dirancang sesuai dengan kebutuhan, sehingga intervensi yang diberikan lebih tepat sasaran³.

Idealnya, semua keterampilan dasar kader Posyandu dilatihkan kembali sebagaimana tercantum dalam Pedoman Pelatihan Kader Posyandu yang disusun oleh Kementerian Kesehatan⁴. Akan tetapi, keterbatasan sumber daya menyebabkan perlunya penentuan prioritas keterampilan yang belum dikuasai kader berdasarkan hasil kajian awal. Dengan demikian, pelatihan yang dilaksanakan dapat lebih efektif, efisien, serta berorientasi pada kebutuhan nyata di lapangan⁵.

Kelurahan Lapulu merupakan salah satu wilayah pesisir di Kota Kendari, dengan masyarakat yang sebagian besar masih sangat bergantung pada layanan Posyandu untuk memperoleh informasi dan pelayanan kesehatan

dasar. Namun, fakta bahwa kader di wilayah ini belum pernah mendapatkan pelatihan yang relevan dengan era transformasi layanan kesehatan primer menjadi hambatan dalam upaya peningkatan akses dan mutu layanan kesehatan. Keterbatasan tersebut dapat berdampak pada rendahnya kemampuan kader dalam memberikan edukasi, mendeteksi dini masalah kesehatan, serta melakukan rujukan yang tepat⁶.

Melihat kondisi tersebut, intervensi berupa peningkatan literasi kesehatan kader Posyandu di Kelurahan Lapulu menjadi kebutuhan mendesak. Pelatihan terstruktur yang mengacu pada pedoman Kementerian Kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader, sehingga mereka mampu berperan optimal dalam mendukung implementasi transformasi layanan kesehatan primer. Dengan begitu, keberadaan kader tidak hanya sebatas pelaksana, tetapi juga menjadi agen perubahan dalam mewujudkan masyarakat yang lebih sehat, mandiri, dan berdaya⁷.

Berdasarkan hasil wawancara dengan programer dan kader di Kelurahan Lapulu, maka disepakati bahwa masalah mendasar yang dihadapi mitra yaitu:

1. Keterbatasan pengetahuan dan ketrampilan kader posyandu tentang Keterampilan melakukan komunikasi efektif.
2. Kurangnya pengetahuan dan ketrampilan kader posyandu tentang Keterampilan melakukan penimbangan, pengukuran panjang / tinggi badan dan lingkaran kepala serta plotting dalam buku KIA.

Metode

Kegiatan Program Kreativitas Mahasiswa (PKM) ini menggunakan pendekatan partisipatif melalui edukasi, pelatihan, dan pendampingan kader Posyandu di Kelurahan Lapulu. Pelaksanaan kegiatan dilakukan pada bulan Juli tahun 2025 terhadap 15 kader posyandu. Metode pelaksanaan dirancang untuk menjawab masalah mendasar yang dihadapi mitra, yaitu keterbatasan

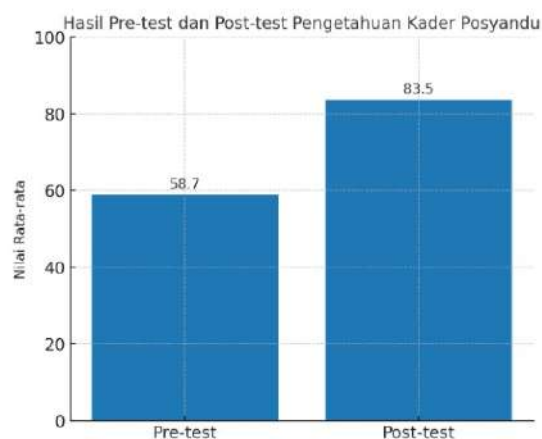
pengetahuan dan keterampilan kader dalam komunikasi efektif serta keterampilan teknis penimbangan, pengukuran panjang/tinggi badan, lingkaran kepala, dan pencatatan pada buku KIA⁸.

1. Tahap Persiapan
 - a. Koordinasi dengan pihak Puskesmas dan pengurus Posyandu di Kelurahan Lapulu untuk menyusun jadwal kegiatan.
 - b. Penyusunan modul pelatihan berdasarkan Pedoman Pelatihan Kader Posyandu (Kementerian Kesehatan RI) yang disesuaikan dengan kebutuhan mitra.
 - c. Penyusunan instrumen pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan serta lembar observasi keterampilan.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a. Peningkatan Literasi Kesehatan melalui Edukasi
 - 1) Memberikan materi tentang peran kader Posyandu dalam era transformasi layanan kesehatan primer).
 - 2) Edukasi mengenai prinsip komunikasi efektif dalam memberikan penyuluhan, konseling, maupun interaksi dengan masyarakat.
 - b. Pelatihan Keterampilan Teknis
 - 1) Praktik langsung keterampilan komunikasi efektif melalui metode role play dan simulasi kasus.
 - 2) Demonstrasi dan praktik penimbangan, pengukuran panjang/tinggi badan, lingkaran kepala, serta cara melakukan plotting hasil pengukuran dalam buku KIA.
 - 3) Peserta dilatih secara berkelompok dengan metode peer teaching agar keterampilan lebih cepat dikuasai.
3. Tahap Pendampingan dan Evaluasi
 - a. Pendampingan kader Posyandu pada saat kegiatan rutin Posyandu untuk memastikan keterampilan diterapkan dengan benar.
 - b. Evaluasi pengetahuan dilakukan dengan pre-test dan post-test, sedangkan evaluasi keterampilan melalui observasi praktik menggunakan daftar tilik (checklist).
 - c. Hasil evaluasi digunakan untuk menentukan keberhasilan kegiatan dan rekomendasi pelatihan lanjutan.

Hasil

Kegiatan PKM “Peningkatan Literasi Kesehatan Kader Posyandu dalam Mendukung Transformasi Layanan Kesehatan Primer di Kelurahan Lapulu” dilaksanakan dalam tiga tahapan utama, yaitu edukasi, pelatihan, serta pendampingan dan evaluasi.

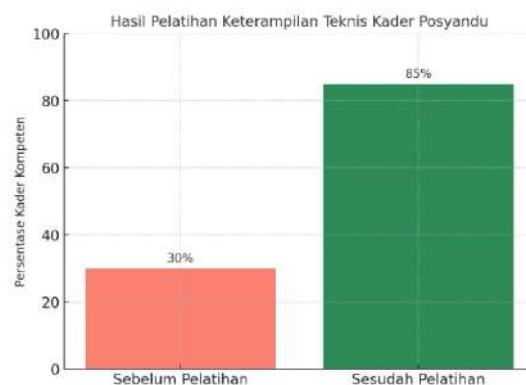
1. Hasil Pre-test dan Post-test Pengetahuan



Gambar 1. Nilai Pre-Post Test Pengetahuan

Sebelum pelatihan, sebagian besar kader Posyandu belum memahami prinsip komunikasi efektif dan masih mengalami kesulitan dalam menjelaskan informasi kesehatan kepada masyarakat. Nilai rata-rata pre-test kader adalah 58,7. Setelah dilakukan edukasi dan pelatihan, terjadi peningkatan signifikan dengan nilai rata-rata post-test mencapai 83,5. Hal ini menunjukkan peningkatan literasi kesehatan kader sebesar 24,8 poin.

2. Hasil Pelatihan Keterampilan Teknis

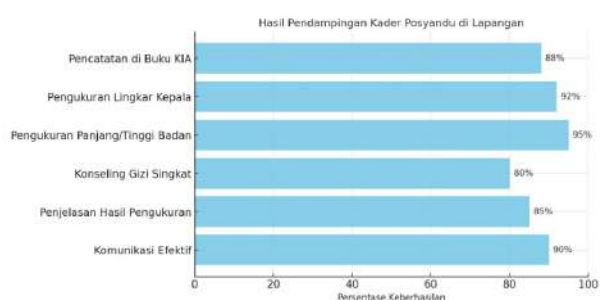


Gambar 2. Persentase Keterampilan Kader

Pada sesi praktik, ditemukan bahwa 70% kader belum mampu melakukan penimbangan dan pengukuran antropometri

dengan benar, serta melakukan pencatatan dan plotting hasil ke dalam buku KIA. Setelah dilakukan demonstrasi dan praktik berulang dengan metode peer teaching, 85% kader dinilai kompeten dalam melakukan keterampilan teknis tersebut berdasarkan daftar tilik observasi.

3. Hasil Pendampingan di Posyandu



Gambar 3. Persentasi Pendampingan Kader

Saat pendampingan kegiatan Posyandu, kader mampu menerapkan keterampilan komunikasi efektif sebanyak 90%, seperti menyapa ibu dengan ramah, memberikan penjelasan sederhana tentang hasil pengukuran sebanyak 85%, dan melakukan konseling singkat terkait gizi anak sebanyak 80%. Selain itu, kader sudah mampu melakukan pengukuran panjang badan sebanyak 95% dan mengukur lingkar kepala secara tepat sebanyak 92% serta mencatat hasil ke dalam buku KIA sebanyak 88%.

Secara keseluruhan, kegiatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader Posyandu, sehingga mereka lebih percaya diri dalam memberikan pelayanan di Posyandu.

Pembahasan

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan literasi kesehatan kader Posyandu, baik dari segi pengetahuan maupun keterampilan

teknis. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyebutkan bahwa pelatihan berbasis partisipatif mampu meningkatkan kemampuan kader dalam mendeteksi dini masalah kesehatan dan memberikan edukasi kesehatan kepada masyarakat⁹.

Peningkatan skor pengetahuan kader pasca pelatihan mengindikasikan bahwa metode edukasi dengan pendekatan simulasi dan role play efektif untuk meningkatkan kemampuan komunikasi kader. Hal ini sesuai dengan teori pembelajaran orang dewasa (*adult learning theory*) yang menekankan pentingnya pengalaman langsung dan keterlibatan aktif peserta dalam proses belajar¹⁰.

Keberhasilan kader dalam menguasai keterampilan antropometri setelah pendampingan menunjukkan bahwa metode demonstrasi dan praktik berulang dengan peer teaching sangat membantu. Temuan ini mendukung hasil penelitian Kementerian Kesehatan RI yang menyatakan bahwa keterampilan dasar kader Posyandu perlu dilatih secara rutin agar tidak terjadi penurunan kualitas layanan¹¹.

Selain itu, pelatihan ini memberikan dampak psikologis positif bagi kader berupa peningkatan rasa percaya diri saat melayani masyarakat. Hal ini penting karena kepercayaan diri merupakan salah satu faktor kunci dalam keberhasilan komunikasi kesehatan¹². Dengan bekal literasi kesehatan yang lebih baik, kader Posyandu di Kelurahan Lapulu diharapkan mampu menjadi agen perubahan dalam mendukung transformasi layanan kesehatan primer, khususnya di wilayah pesisir³.

Dengan demikian, kegiatan PKM ini terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas kader Posyandu melalui pendekatan literasi kesehatan. Keberlanjutan program diharapkan dapat terjaga melalui dukungan Puskesmas setempat, termasuk pelatihan berkala, supervisi, serta penyediaan sarana yang memadai.



Gambar 4: Pelaksanaan Peningkatan Literasi Kader Posyandu

Simpulan

Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang berfokus pada Peningkatan Literasi Kesehatan Kader Posyandu dalam Mendukung Transformasi Layanan Kesehatan Primer di Kelurahan Lapulu berhasil dilaksanakan dengan baik. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan signifikan pada aspek pengetahuan, keterampilan teknis, dan penerapan praktik di lapangan. Nilai rata-rata pengetahuan kader meningkat dari 58,7 (pre-test) menjadi 83,5 (post-test), sedangkan keterampilan teknis pengukuran antropometri dan pencatatan meningkat dari 30% menjadi 85% kader yang kompeten.

Pendampingan yang dilakukan saat kegiatan Posyandu juga memperlihatkan bahwa kader mampu menerapkan komunikasi efektif, melakukan pengukuran panjang badan, lingkaran kepala, serta pencatatan hasil ke dalam buku KIA dengan baik. Keberhasilan ini membuktikan bahwa pendekatan edukasi, pelatihan, dan pendampingan berbasis

partisipatif efektif dalam meningkatkan kapasitas kader Posyandu di wilayah pesisir Kelurahan Lapulu.

Dengan demikian, kegiatan PKM ini berkontribusi nyata dalam mendukung implementasi transformasi layanan kesehatan primer, melalui penguatan literasi kesehatan kader sebagai garda terdepan pelayanan kesehatan masyarakat.

Saran

1. Bagi Kader Posyandu
Diharapkan kader terus mengembangkan kemampuan melalui pembelajaran mandiri dan aktif mempraktikkan keterampilan yang diperoleh agar tidak terjadi penurunan kompetensi.
2. Bagi Puskesmas dan Pemerintah Daerah
Perlu dilakukan pelatihan lanjutan secara berkala sesuai pedoman Kementerian Kesehatan, serta menyediakan sarana pendukung seperti alat antropometri yang standar dan media edukasi yang memadai.

3. Bagi Perguruan Tinggi
Perlu adanya keberlanjutan program pengabdian masyarakat dengan melibatkan mahasiswa kesehatan sebagai pendamping kader, sehingga tercipta sinergi antara akademisi dan masyarakat dalam mendukung layanan kesehatan primer.

Ucapan Terima Kasih

Tim pelaksana Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Mandala Waluya yang telah memberikan dukungan penuh serta pendanaan melalui hibah PKM sehingga kegiatan ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga kami sampaikan kepada pihak Puskesmas dan kader Posyandu di Kelurahan Lapulu atas kerjasama, partisipasi, dan antusiasme yang tinggi selama pelaksanaan kegiatan. Tanpa dukungan dari berbagai pihak, kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak akan berjalan dengan lancar dan mencapai hasil yang diharapkan.

Daftar Rujukan

1. Purnamasari A, Saragih H, Pannyiwi R, Makualaina FN. Empowering Students in Improving Knowledge of Healthy Toothbrushing Techniques in The Use of The Tongue Scraper. *International Journal of Health Sciences*. 2024;2(2):687–95.
2. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta : Kemenkes RI; 2021.
3. Surtimanah T, Sjamsuddin IN, Ruhyat E, Pamungkas G. Peningkatan Pengetahuan Kader Tentang Posyandu di Era Transformasi Layanan Kesehatan Primer dan Kewirausahaan. *JPPM*. 2024 Aug 15;8(2):295.
4. Darmayanti Waluyo, Kartini Kartini, Nina Indriyani Nasruddin, Tuti Oktriani, Desri Nova H., Afrida Yelni, et al. Pengantar Gizi Kebidanan. Saida Saida, Teguh Fathurrahman, Rahmawati Rahmawati, editors. Eureka Media Aksara; 2022. (Eureka Media Aksara).
5. Purnamasari A, Lisnawati L, Zoahira WOA, Nofitasari A, Andas AM. Revitalisasi Perilaku Ibu: Mengoptimalkan Pengetahuan Dan Pendekatan Praktis Dalam Tatalaksana Diare Melalui MTBS. *Omni Pengabdian Masyarakat*. 2024;1:12–5.
6. Nofitasari A, Zoahira WOA, Purnamasari A. Pengaruh Pelatihan Pembuatan Dim Sum Ikan Tuna (Thunnus) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Ibu-Ibu Dasawisma Kelurahan Petoaha. *Profesional Health Journal*. 2023;5(1):130–5.
7. Mokodompit HKN, Arinta I, Faiza EI, Soraya D, Setiawati Y, Armini LN, et al. Ilmu Kesehatan Anak. Bandung: Media Sains Indonesia; 2025.
8. Purnamasari A, Nazaruddin N, Lestari SA, Nofitasari A, Said A, Mudatsir A, et al. Peningkatan Pengetahuan Ibu dalam Upaya Preventif dan Deteksi Dini Balita Short Stature dan Stunting Melalui Pendekatan MTBS di Wilayah Kerja Puskesmas Abeli. *Karya Kesehatan Journal Community Engagement*. 2023;4(01):21–3.
9. Israeli I, Nofitasari A, Said A, Risky S, Islamiah I, Purnamasari A. The Critical Role of Adolescent Girls' Adherence to Taking Blood Supplement Tablets as A Key to Preventing Early Stunting. *Indonesian Journal of Global Health Research*. 2024;6(S6):619–26.
10. Mortin Andas A, Sansuwito T, Mohd Said F, H Wada F, Purnamasari A, Prima A, et al. The Influence of Sleep Hygiene on the Sleep Disorders of Elderly at Integrated Long Term Care. *MJN*. 2024;15(04):109–17.
11. Anwar KK, Naningsih H, Saraswati E, Yustiari Y, Syahrianti S. Peningkatan Kualitas Pelayanan KIA Melalui Sosialisasi Pemberian ASI dan Tumbuh Kembang Bayi Pada Ibu Bayi. *AMJPM*. 2023 Mar 1;2(2):114–22.
12. Lestari SA, Israeli I, Islamiah I, Purnamasari A, Zoahira WOA. Efektivitas Simulasi Bencana terhadap Kesiapsiagaan Bencana Gempa Bumi dan Tsunami pada Siswa SMPN 1 Soropia di Wilayah Pesisir Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe: The Effectiveness of Disaster Simulation on Disaster Preparedness for Students of SMPN 1 Soropia about Eartquake and Tsunami in the Coastal Area, Soropia District, Konawe Regency. *J Surya Medika*. 2022 Dec 27;8(3):258–62.



Inovasi Bubur Kering Kaya Nutrisi Solusi Praktis Pemenuhan Gizi Balita dalam Masa Pertumbuhan

Novaliana Devianti Sagita, Yani Mulyani, Idar, Garnadi Jafar, Deny Puriyani Azhary, Abdul Mulki Irpani*

Fakultas Farmasi, Universitas Bhakti Kencana, Bandung

Korespodensi

Jl. Soekarno Hatta No.754, Cipadung Kidul, Kec. Panyileukan, Kota Bandung, Jawa Barat 40614

Email: abdul.mulki@bku.ac.id

Kata Kunci:

Bubur Kering; Pangan Lokal; Pemberdayaan Masyarakat.

Keywords:

Instant dry porridge; Local food; Community empowerment.

Abstrak. Pelaksanaan Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) di wilayah RW 23 Desa Cinunuk, Kecamatan Cileunyi didasarkan pada kebutuhan peningkatan pengetahuan dan keterampilan warga dalam penyediaan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) bergizi berbasis pangan lokal sederhana. Permasalahan mengenai rendahnya kualitas asupan gizi balita telah diidentifikasi melalui tahap penjajakan mitra, di mana keterbatasan pengetahuan, waktu, serta akses terhadap bahan pangan bergizi diakui sebagai faktor utama yang menyebabkan penyediaan MP-ASI kurang optimal. Solusi yang ditawarkan berupa edukasi gizi dan pelatihan pembuatan bubur kering instan berbahan beras yang diperkaya sayuran atau sumber protein sebagai alternatif pangan praktis dan bergizi. Selain itu, dilakukan pemeriksaan kesehatan orang tua balita serta kegiatan senam sehat sebagai upaya holistik meningkatkan kesehatan masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan signifikan terhadap pemahaman warga setelah mengikuti kegiatan, ditandai dengan kenaikan nilai posttest sebesar 70% dibandingkan pretest pada 50 responden. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas program dalam membangun kesadaran dan kemampuan masyarakat mengolah pangan lokal sebagai upaya pemenuhan gizi anak dan peluang ekonomi berbasis rumah tangga. Pemantauan pasca kegiatan menunjukkan respon positif dan tingginya komitmen masyarakat terhadap keberlanjutan program. Dengan demikian, kegiatan PKM ini telah memberikan dampak nyata bagi peningkatan kualitas gizi balita dan pemberdayaan masyarakat.

Abstract. The implementation of the Community Service Program (PKM) in the RW 23 area of Cinunuk Village, Cileunyi District is based on the need to increase the knowledge and skills of residents in providing nutritious complementary foods (MP-ASI) based on simple local foods. The problem of low quality nutritional intake of toddlers has been identified through the partner exploration stage, where limited knowledge, time, and access to nutritious food ingredients are recognized as the main factors causing the provision of MP-ASI to be less than optimal. The solution provided involved nutrition education and training in the production of instant dry porridge made from rice enriched with vegetables or protein sources, offering a practical and nutritious food alternative. Additionally, health screenings for parents and group exercise sessions were conducted as holistic efforts to enhance community health. The evaluation results showed a significant improvement in residents' understanding following the activities, indicated by a 70% increase in post-

test scores compared with pre-test results among 50 respondents. This improvement demonstrates the effectiveness of the program in strengthening community awareness and capabilities in processing local food for fulfilling children's nutritional needs and creating potential home-based economic opportunities. Post-activity monitoring revealed positive responses and strong community commitment to continue the practice. Therefore, this PKM program has provided a meaningful impact on improving children's nutritional status and empowering the community.

Pendahuluan

Periode usia balita merupakan masa penting untuk pertumbuhan optimal; kebutuhan nutrisi (energi, protein, vitamin, mineral) meningkat pesat sehingga makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang praktis dan bergizi sangat dibutuhkan. Penelitian intervensi gizi menunjukkan bahwa bubur instan atau bubur kering jika diformulasi dengan benar dapat menjadi alternatif yang cocok untuk memenuhi kebutuhan itu. Sebagai bahan dasar, beras sering digunakan karena mudah dicerna, tersedia luas, dan menjadi pangan pokok sebagian besar masyarakat (1). Dengan demikian, bubur kering berbasis beras menyediakan sumber karbohidrat yang familiar dan mudah diterima secara budaya sekaligus memudahkan distribusi dan penyimpanan untuk keluarga (2).

Untuk mencapai gizi seimbang, sumber karbohidrat seperti beras perlu dilengkapi dengan protein hewani dan mikronutrien dari sayuran dan ikan. Berbagai penelitian telah mengombinasikan sumber protein hewani seperti ikan-ikan yang ditambahkan ke dalam bubur instan, dapat menunjukan hasil peningkatan kadar protein dan nilai gizinya yang sangat tinggi (3). Sebagai contoh, penelitian yang menggunakan konsentrat protein ikan menunjukkan bahwa bubur instan dengan bahan ikan mampu menawarkan kandungan protein tinggi, serta memperbaiki profil gizi dibanding bubur konvensional tanpa protein hewani (4). Selain itu, penelitian lain juga menunjukkan bahwa substitusi protein hewani (ikan) bersama bahan nabati (misalnya labu kuning atau sayuran) menghasilkan bubur bayi instan dengan kandungan protein, vitamin, dan mikronutrien yang lebih ideal (5).

Sayuran sebagai bagian dari bubur kering juga mempunyai peran penting dalam memenuhi kebutuhan mikronutrien dan fungsi fungsional, seperti vitamin,

antioksidan, serat, serta zat gizi tambahan yang mendukung kesehatan. Penelitian pada bubur instan berbasis beras yang difortifikasi dengan sayuran hijau menunjukkan peningkatan kandungan protein, vitamin, serta aktivitas antioksidan menjadikan bubur lebih dari sekadar sumber energi, tetapi juga mendukung pertahanan tubuh dan kesehatan umum (6). Kombinasi antara sumber karbohidrat (beras), protein hewani (ikan) dan sayuran memungkinkan tercapainya keseimbangan makro- dan mikronutrien yang lebih lengkap, sesuai kebutuhan gizi balita (7).

Dari sisi praktik implementasi komunitas, bubur instan atau bubur kering berbasis bahan lokal (beras, ikan, sayuran) memiliki potensi besar sebagai solusi gizi praktis. Studi intervensi menunjukkan bahwa konsumsi bubur instan siap saji selama beberapa bulan dalam MP-ASI dapat meningkatkan asupan energi, protein, lemak, serta mikronutrien seperti zat besi, sehingga mendukung pertumbuhan balita secara nyata (1). Selain itu, diversifikasi pangan lokal (beras, ikan lokal atau ikan laut, dan sayuran) dalam bubur kering mendukung keberlanjutan dan keberdayaan komunitas, serta dapat membantu mengatasi masalah gizi seperti undernutrition atau kekurangan protein dengan cara yang terjangkau dan mudah diakses (8).

Masalah gizi pada balita di Indonesia masih menjadi tantangan serius dalam pembangunan kesehatan. Kondisi ini menunjukkan bahwa jutaan anak Indonesia masih menghadapi hambatan dalam pertumbuhan optimal akibat kekurangan asupan gizi makro dan mikro. Selain prevalensi yang tinggi, kekurangan mikronutrien juga menjadi faktor kunci. Penelitian *"Micronutrient Deficiencies and Stunting Were Associated with Socioeconomic Status in Indonesian Children Aged 6–59 Months"* menunjukkan bahwa anak-anak dengan status sosiol ekonomi

rendah lebih rentan terhadap defisiensi mikronutrien, yang selanjutnya berkorelasi kuat dengan stunting (9).

Disisi lain, upaya pemenuhan gizi balita di tingkat rumah tangga masih menghadapi kendala. Keterbatasan waktu, biaya, serta kurangnya akses pada sumber pangan bergizi seimbang membuat pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) belum optimal, baik dari segi frekuensi, kuantitas, maupun keragaman bahan pangan. Faktor-faktor sosial dan lingkungan juga berkontribusi signifikan, misalnya pendidikan ibu, pekerjaan orang tua, sanitasi, dan akses ke layanan kesehatan (10).

Dalam konteks tersebut, inovasi bubur kering kaya nutrisi dapat menjadi solusi alternatif. Bubur dikenal sebagai makanan yang sesuai untuk balita karena teksturnya lembut dan mudah dicerna. Melalui proses pengeringan dan formulasi dengan penambahan protein, vitamin, serta mineral, bubur kering dapat dikembangkan menjadi produk praktis, bergizi lengkap, tahan lama, dan mudah disajikan. Inovasi ini tidak hanya dapat membantu keluarga dalam memenuhi kebutuhan gizi anak secara lebih efisien, tetapi juga mendukung upaya pemerintah dalam percepatan penurunan stunting dan wasting. Dengan demikian, pengembangan bubur kering kaya nutrisi berpotensi menjadi kontribusi nyata dalam mengatasi permasalahan gizi balita di Indonesia khususnya di Desa Cinunuk, Kecamatan Cileunyi.

Berdasarkan analisis situasi maka dapat ditarik permasalahan yang dihadapi mitra yaitu banyak ibu hanya mengandalkan bubur instan komersial yang mudah didapat, padahal kandungan gizinya terbatas bahkan cenderung tinggi gula atau garam. Selain itu, kesibukan orang tua dan keterbatasan daya simpan bahan pangan membuat penyediaan MP-ASI segar sulit dilakukan secara konsisten. Sehingga perlu diberikan pelatihan atau transfer teknologi agar mampu mengoptimalkan bahan pangan sederhana yang kaya akan nutrisi menjadi produk yang inovatif, praktis, tahan lama, dan mudah diterima oleh balita.

Metode

Pelaksanaan kegiatan dimulai dengan tahap penjajakan mitra melalui pertemuan

dengan Ketua Posyandu Puspa Sehat 23 dan Ketua RW setempat untuk mengidentifikasi permasalahan terkait kesulitan keluarga dalam menyediakan MP-ASI yang sesuai. Faktor penyebabnya antara lain keterbatasan pengetahuan, waktu, dan akses terhadap bahan pangan bergizi, sehingga sebagian besar balita hanya mengonsumsi bubur beras sederhana yang rendah protein dan mikronutrien. Oleh karena itu, inovasi bubur kering berbahan beras yang diperkaya sayuran atau sumber protein hewani diperkenalkan sebagai solusi untuk meningkatkan asupan energi dan mikronutrien bagi balita.

Pelaksanaan kegiatan terdiri dari dua komponen utama, yaitu:

1. Edukasi tentang pemanfaatan pangan lokal.
2. Pelatihan pembuatan bubur kering instan dari beras.

Melalui program ini, masyarakat memperoleh pengetahuan mengenai pengolahan beras menjadi sediaan yang bernilai guna tinggi, memberikan manfaat ganda dalam mendukung status gizi anak sekaligus memberdayakan masyarakat untuk potensi peningkatan ekonomi. Pemantauan pasca-kegiatan dilakukan melalui komunikasi berkelanjutan antara tim pelaksana dan mitra guna memastikan keberlanjutan implementasi pelatihan, memberikan pendampingan sesuai kebutuhan, dan menjaga dampak jangka panjang dari kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Hasil Dan Pembahasan

Pelaksanaan Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di wilayah RW 23 Desa Cinunuk, Kecamatan Cileunyi, telah terlaksana dengan baik melalui beberapa tahapan kegiatan yang melibatkan mitra Posyandu Puspa Sehat 23 serta partisipasi aktif masyarakat. Adapun hasil kegiatan diperoleh sebagai berikut:

1. Tahap Penjajakan dan Identifikasi Permasalahan

Pada tahap awal, tim pelaksana melakukan pertemuan resmi dengan Ketua Posyandu Puspa Sehat 23 dan Ketua RW setempat. Melalui kegiatan diskusi dan observasi lapangan, diperoleh

temuan bahwa masih banyak keluarga yang mengalami kendala dalam penyediaan MP-ASI yang sesuai standar. Permasalahan yang ditemukan meliputi:

- a. Keterbatasan pengetahuan orang tua mengenai kebutuhan gizi balita.
- b. Keterbatasan waktu dalam pengolahan makanan bergizi.
- c. Terbatasnya akses bahan pangan sumber protein dan mikronutrien.
- d. Mayoritas balita hanya mengonsumsi bubur beras sederhana yang rendah protein dan mikronutrien.

Hasil peninjauan tersebut menjadi dasar pengembangan inovasi sediaan bubur kering (*instant porridge*) berbahan beras yang diperkaya sayuran atau sumber protein hewani sebagai alternatif pemenuhan gizi balita.

2. Pelaksanaan Kegiatan Edukasi dan Pelatihan Utama

- 1) Kegiatan inti PKM mencakup dua komponen utama, yaitu edukasi dan pelatihan:

a. Kegiatan Edukasi

Edukasi diberikan kepada orang tua balita mengenai pentingnya pemenuhan gizi melalui pangan lokal yang mudah diperoleh dan murah. Materi edukasi mencakup kebutuhan energi dan mikronutrien pada masa pertumbuhan balita serta contoh sumber pangan sederhana berbasis lokal yang bernilai gizi tinggi.

b. Pelatihan Pembuatan Bubur Kering

Peserta diberikan materi dan demonstrasi mengenai proses pembuatan sediaan bubur kering instan berbahan dasar beras yang diperkaya sayuran dan sumber protein hewani. Setelah pemaparan, dilakukan sesi diskusi dan tanya jawab yang berlangsung interaktif untuk memastikan pemahaman peserta.

- 2) Pelaksanaan Komponen Tambahan Penunjang Kegiatan. Selain kegiatan inti, kegiatan PKM dilengkapi dengan dua komponen pendukung, yaitu:

a. Pemeriksaan Kesehatan Orang Tua Balita

Pemeriksaan meliputi cek tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat. Kegiatan ini mendapat antusiasme

tinggi karena membantu peserta mengetahui kondisi kesehatan pribadinya.

b. Kegiatan Senam Sehat

Senam sehat diikuti oleh warga RW 23, khususnya orang tua balita, sebagai upaya meningkatkan kebugaran dan kesadaran gaya hidup sehat.

3. Dampak dan Manfaat Kegiatan

Pelaksanaan kegiatan memberikan dampak positif bagi masyarakat, antara lain:

- 1) Meningkatnya pengetahuan orang tua terkait pengolahan pangan lokal menjadi bentuk sediaan pangan alternatif untuk MP-ASI.
- 2) Terbukanya wawasan tentang pentingnya pemenuhan gizi balita yang tidak hanya mengandalkan bubur beras sederhana.
- 3) Meningkatnya keterampilan praktis masyarakat dalam memproduksi bubur kering yang bernilai ekonomis dan dapat dikembangkan sebagai usaha kecil keluarga.
- 4) Meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pemeriksaan kesehatan rutin dan aktivitas fisik.

4. Pemantauan Pasca Kegiatan

Tim pelaksana melakukan komunikasi berkelanjutan dengan mitra Posyandu Puspa Sehat 23 untuk memantau:

- 1) Implementasi keterampilan pembuatan bubur kering oleh masyarakat.
- 2) Hambatan yang muncul dalam penerapan hasil pelatihan.
- 3) Peluang pengembangan produk sebagai sumber ekonomi lokal.

Melalui pendampingan berkelanjutan ini diharapkan kegiatan PKM dapat memberikan manfaat jangka panjang dalam mendukung peningkatan status gizi balita dan pemberdayaan ekonomi masyarakat.

Dari hasil kegiatan, terlihat adanya respon positif dari peserta, ditandai dengan antusiasme tinggi dalam mengikuti edukasi, pelatihan, dan sesi diskusi. Hal ini menunjukkan efektifitas pendekatan pemberdayaan masyarakat berbasis partisipasi. Selain memberikan dampak peningkatan status gizi anak, kegiatan ini juga membuka peluang ekonomi melalui pengembangan produk bubur kering instan sebagai usaha kecil rumah tangga. Pemberdayaan ini berpotensi meningkatkan kemandirian ekonomi masyarakat jika

didukung dengan pendampingan dan pengembangan berkelanjutan.

Secara keseluruhan, kegiatan PKM ini berhasil mencapai tujuan utamanya yaitu meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kesadaran masyarakat dalam penyediaan makanan bergizi bagi balita serta meningkatkan kesehatan masyarakat secara umum. Dapat dilihat pada grafik dibawah ini, grafik 4.1. Program ini diharapkan dapat terus berkembang sebagai model intervensi gizi berbasis potensi lokal dan pemberdayaan ekonomi masyarakat.



Grafik 4.1 Tingkat Pemahaman Masyarakat

Pada grafik tersebut terlihat adanya peningkatan signifikan pada tingkat pemahaman warga terkait pemanfaatan pangan lokal sederhana setelah kegiatan edukasi dan

pelatihan dilaksanakan. Pada tahap pretest, nilai rata-rata tingkat pemahaman warga dicatat sebesar 40 dari nilai maksimal 100, hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan awal masyarakat mengenai manfaat pengolahan bahan pangan lokal untuk memenuhi kebutuhan gizi keluarga masih tergolong rendah.

Setelah pelaksanaan pelatihan, nilai posttest meningkat menjadi 68, yang berarti terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 70% dari nilai awal. Peningkatan ini menunjukkan bahwa materi edukasi, metode penyampaian, dan praktik langsung yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman warga. Antusiasme peserta yang terlihat selama sesi diskusi dan latihan juga menjadi indikator bahwa program diterima dengan baik dan memberikan manfaat nyata.

Kenaikan tingkat pengetahuan ini diharapkan mampu mendorong masyarakat untuk lebih aktif memanfaatkan pangan lokal sebagai alternatif sumber gizi dan bahkan berpotensi menjadi peluang usaha rumahan yang dapat meningkatkan pendapatan keluarga. Dengan demikian, kegiatan ini tidak hanya berdampak pada aspek kesehatan, tetapi juga pada pemberdayaan ekonomi masyarakat.

Simpulan

Program Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) yang dilaksanakan di RW 23 Desa Cinunuk telah terlaksana dengan baik sesuai tujuan yang ditetapkan. Melalui serangkaian kegiatan penjajakan mitra, edukasi gizi, pelatihan pembuatan bubur kering instan berbasis beras yang diperkaya sumber protein dan sayuran, kegiatan pemeriksaan kesehatan, serta senam sehat, diperoleh beberapa capaian penting.

Kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat mengenai pentingnya pemenuhan gizi balita, khususnya terkait penyediaan MP-ASI bergizi melalui pemanfaatan pangan lokal. Selain itu, pelatihan pembuatan bubur kering instan memberikan keterampilan praktis dan membuka peluang pemberdayaan ekonomi melalui pengembangan produk pangan bernilai jual. Antusiasme dan partisipasi aktif

masyarakat menunjukkan bahwa kegiatan ini diterima dengan baik dan memberikan dampak positif baik dalam aspek kesehatan maupun pemberdayaan masyarakat.

Kegiatan ini juga memperkuat kerja sama antara tim pelaksana, Posyandu Puspa Sehat 23, dan masyarakat RW 23 sehingga menjadi dasar penting dalam upaya keberlanjutan program. Melalui pemantauan pasca-kegiatan, diperoleh harapan bahwa masyarakat dapat terus menerapkan hasil pelatihan secara mandiri dan mengembangkan potensi usaha rumahan berbasis inovasi pangan lokal.

Saran

1. Keberlanjutan Program

Diperlukan pendampingan lanjutan secara berkala untuk memastikan implementasi pembuatan bubur kering instan berjalan maksimal dan konsisten diterapkan oleh masyarakat.

2. Pengembangan Produk dan Branding

Disarankan dilakukan pelatihan lanjutan terkait pengemasan, pelabelan, perhitungan biaya produksi, dan pemasaran untuk mendorong terbentuknya usaha mikro berbasis produk bubur kering instan.

3. Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu dan Masyarakat

Perlu adanya pelatihan tambahan mengenai keamanan pangan, sanitasi produksi, dan variasi resep berbasis pangan lokal agar kualitas produk dapat ditingkatkan.

4. Kolaborasi dengan Pemerintah Desa dan Lembaga Terkait

Diharapkan adanya dukungan dari perangkat desa, puskesmas, maupun dinas kesehatan setempat agar kegiatan serupa dapat diperluas cakupannya dan menjangkau lebih banyak keluarga.

5. Monitoring Evaluasi Berkelanjutan

Perlu dilakukan evaluasi berkala terhadap status gizi balita dan perkembangan usaha produk untuk memperoleh data dampak nyata program sebagai dasar penyempurnaan kegiatan di masa mendatang.

Bubur Instan berbasis Beras Pratanak dan Tepung Mocaf yang Difortifikasi Bayam Merah Optimization of Nutritional Content and Antioxidant Activity of Instant Porridge based on Parboiled Rice and Mocaf Flour Fortified with Red Spinach. 2024;8(3):295–304.

7. Anandito RBK. R. Baskara Katri Anandito 1) , Siswanti 1) , dan Dewi Tri Kusumo 2) 1). 2016;IX(1):17–23.
8. Kidney R, Phaseolus B, Instant L, Putri RG, Triwitono P, Marsono Y. Formulasi dan Karakteristik Bubur Kacang Merah (Phaseolus vulgaris L .) Instan dengan Pemanis Sukrosa , Isomalto-oligosakarida dan Fibercreme. 2020;40(1):13–20.
9. Ernawati F, Syauqy A, Arifin AY, Soekatri MYE, Sandjaja S. Micronutrient deficiencies and stunting were associated with socioeconomic status in indonesian children aged 6–59 months. Nutrients. 2021;13(6).
10. Nugroho E, Wanti PA, Suci CW, Raharjo BB, Najib. Social Determinants of Stunting in Indonesia. Kemas. 2023;18(4):546–55.

Daftar Rujukan

1. Bustami B, Suryana S, Junita D, Yuniarto AE, Kushargina R. The Efficacy of Complementary Foods Instant Kanji rumbi Porridge on Increasing Hemoglobin Levels and Reducing Anemia Status in Underweight Toddlers Efikasi Makanan Pendamping Bubur Kanji rumbi Instan dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin dan Menurunkan Status Anemia pada Balita Berat Badan. 2025;9(2):329–39.
2. Rafiony A; Pengembangan Formulasi Bubur Instan Berbasis Pangan Lokal di Tinjau dari Daya Terima, Sifat Fisikokimia dan Kandungan Gizi. 2023;6(September):397–405.
3. Mado JE. Pengembangan pangan fungsional bubur instan rendah indeks glikemik berbasis pangan lokal. 2016;
4. Manoppo MG. Jurnal Teknologi Hasil Perikanan. 2025;05:34–43.
5. Sri Darningsih. Pengembangan Makanan Pendamping Air Susu Ibu (Mpasi) Bubur Instan Dengan Substitusi Tepung Ikan Lele Dan Tepung Labu Kuning. 2023;18(1):94–102.
6. Hanifa ZN, Emilia E. Optimalisasi Kandungan Gizi dan Aktivitas Antioksidan



Edukasi Manajemen Stres dan Pencegahan Hipertensi serta Diabetes Mellitus pada Civitas Akademik Stikes Karya Kesehatan

Isran¹, Ellyani Abadi²

Prodi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan ¹

Prodi Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan²

Korespodensi

Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Karya Kesehatan Wonggeduku, Kec. Wonggeduku, Kab. Konawe, Sulawesi Tenggara

Email: isrankalla@gmail.com

Kata Kunci:

Diabetes Mellitus, Edukasi Kesehatan, Hipertensi, Manajemen Stres, Perguruan Tinggi.

Keywords:

Diabetes Mellitus, Health Education, Hypertension, Stress Management, Higher Education

Abstrak. Hipertensi dan Diabetes Mellitus merupakan penyakit tidak menular yang memiliki angka kejadian tinggi dan berpotensi menimbulkan komplikasi serius pada usia produktif, termasuk di lingkungan perguruan tinggi. Beban akademik dan gaya hidup sedentari dapat meningkatkan risiko kedua penyakit tersebut serta memicu stres berlebihan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan motivasi civitas akademik STIKes Karya Kesehatan mengenai manajemen stres dan upaya pencegahan hipertensi serta Diabetes Mellitus melalui edukasi yang terstruktur. Metode pelaksanaan meliputi penyuluhan kesehatan interaktif, demonstrasi teknik relaksasi, pemeriksaan tekanan darah, serta pre-post assessment untuk menilai peningkatan pengetahuan dan motivasi peserta. Sebanyak 150 responden berpartisipasi dalam kegiatan ini. Hasil menunjukkan peningkatan pengetahuan dari 60% menjadi 88% dan peningkatan motivasi melakukan perilaku hidup sehat dari 50% menjadi 85% setelah intervensi. Pemeriksaan tekanan darah juga menemukan 25% pada kategori pra-hipertensi dan 8% mengalami hipertensi tahap awal. Kegiatan edukasi efektif meningkatkan kesadaran peserta mengenai pentingnya penerapan pola hidup sehat serta pengelolaan stres sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif terhadap penyakit tidak menular di lingkungan perguruan tinggi.

Abstract. Hypertension and Diabetes Mellitus are non-communicable diseases with a high prevalence and the potential to cause serious complications among individuals of productive age, including those in higher education environments. Academic demands and a sedentary lifestyle can increase the risk of these diseases and trigger excessive stress. This community service program aims to enhance the knowledge and motivation of the academic community at STIKes Karya Kesehatan regarding stress management and the prevention of hypertension and Diabetes Mellitus through structured health education. The methods included interactive health counseling, relaxation technique demonstrations, blood pressure measurement, and pre- and post-assessments to evaluate improvements in participants' knowledge and motivation. A total of 150 respondents took part in this activity. The results indicated an increase in knowledge from 60% to 88% and an increase in motivation to adopt healthy behaviors from 50% to 85% after the intervention. Blood pressure screening also revealed that 25% in the pre-hypertensive category and 8% were in the early stage of hypertension. The educational intervention effectively increasing awareness about the importance of adopting a healthy lifestyle and practicing stress management as part of promotive and preventive efforts against non-communicable diseases in higher education settings.

Pendahuluan

Hipertensi dan Diabetes Mellitus merupakan dua jenis penyakit tidak menular (PTM) yang memiliki angka kejadian tinggi dan terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun (1). Kedua penyakit ini sering disebut sebagai silent killer karena tidak menimbulkan gejala spesifik pada tahap awal, namun dapat menyebabkan komplikasi serius seperti penyakit jantung, stroke, dan gagal ginjal. Faktor pemicu utama di antaranya adalah pola hidup tidak sehat, seperti stres berlebihan, kurang aktivitas fisik, konsumsi makanan tinggi gula, garam, serta lemak jenuh. Civitas akademik, termasuk mahasiswa dan tenaga pendidik, juga memiliki risiko yang tidak dapat diabaikan (2,3).

Beban akademik, tekanan pekerjaan, dan gaya hidup yang cenderung tidak disadari dapat meningkatkan stres serta memicu gangguan kesehatan jangka panjang. Oleh karena itu, penerapan manajemen stres yang baik dan pemahaman mengenai pencegahan hipertensi serta Diabetes Mellitus menjadi langkah penting dalam menjaga kesehatan dan produktivitas lingkungan kampus. Institut Kesehatan (STIKes) Karya Kesehatan sebagai institusi pendidikan kesehatan memiliki peran strategis dalam meningkatkan kesadaran masyarakat kampus akan pentingnya perilaku hidup sehat (4).

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi manajemen stres dan pencegahan hipertensi serta Diabetes Mellitus diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi civitas akademik dalam menerapkan pola hidup sehat sehingga mampu menurunkan risiko terjadinya PTM di lingkungan perguruan tinggi. Sebelum pelaksanaan program, dilakukan identifikasi situasi melalui diskusi bersama perwakilan civitas akademik serta observasi terhadap perilaku dan pola hidup harian di lingkungan kampus. Selain itu, tim pelaksana menyiapkan materi edukasi terkait teknik manajemen stres, pemantauan tekanan darah, pengaturan diet sehat, dan pencegahan faktor risiko PTM sesuai standar keilmuan. Sejumlah penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan terbukti meningkatkan pengetahuan dan kesadaran dalam melakukan pencegahan hipertensi maupun Diabetes Mellitus (5). Program intervensi berbasis kampus juga dinilai efektif dalam membentuk gaya hidup sehat yang berkelanjutan pada kelompok usia produktif. Hal ini mendukung pelaksanaan program pengabdian masyarakat untuk memperkuat pencegahan PTM di perguruan tinggi (6).

Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan civitas akademik mengenai manajemen stres yang efektif serta pemahaman tentang upaya pencegahan hipertensi dan Diabetes Mellitus. Melalui edukasi yang terstruktur, kegiatan ini juga diharapkan mampu mendorong terciptanya perubahan perilaku menuju pola hidup yang lebih sehat dalam aktivitas sehari-hari di lingkungan kampus. Dengan demikian, risiko munculnya penyakit tidak menular pada mahasiswa maupun tenaga pendidik dapat diminimalkan melalui pendekatan promotif dan preventif yang menekankan pemberdayaan individu secara berkelanjutan.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 24 Oktober 2025 di Stikes Karya Kesehatan. Pengabdian menggunakan pendekatan edukatif melalui penyuluhan kesehatan dan pemberdayaan civitas akademik dalam menerapkan manajemen stres serta pencegahan hipertensi dan Diabetes Mellitus. Sasaran kegiatan adalah mahasiswa dan tenaga pendidik di lingkungan STIKes Karya Kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan yaitu

1. Tahap persiapan,
 - a. Koordinasi dengan pihak institusi,
 - b. Penyusunan materi penyuluhan, serta
 - c. Pemenuhan kebutuhan media edukasi menggunakan leaflet dan media presentasi.
2. Pre-assessment
 - untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal peserta terkait faktor risiko, tanda dan gejala, serta strategi pencegahan hipertensi dan Diabetes Mellitus, termasuk manajemen stres yang tepat.

Tahap inti kegiatan dilakukan dalam bentuk penyuluhan interaktif yang meliputi pemaparan materi mengenai konsep stres dan dampaknya terhadap kesehatan, teknik relaksasi sederhana, pentingnya olahraga, pola makan sehat, serta pemantauan tekanan darah secara berkala. Kegiatan juga dilengkapi dengan sesi tanya jawab dan demonstrasi teknik pernapasan relaksasi. Selain itu, dilakukan pemeriksaan tekanan darah dan skrining sederhana sebagai upaya deteksi dini faktor risiko PTM.

3. Post-assessment untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta dan efektivitas kegiatan. Data penilaian kemudian dianalisis secara deskriptif sebagai dasar dalam penyusunan rekomendasi tindak lanjut. Hasil kegiatan didokumentasikan melalui foto dan laporan pelaksanaan yang disusun secara sistematis

Hasil Dan Pembahasan

Tabel. 1 Hasil Pre-Post Test Pengetahuan dan Motivasi

Indikator	Pre (%)	Post (%)	Pre (n)	Post (n)
Pengetahuan	60	88	90	132
Motivasi	50	85	75	128

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh sebanyak 150 responden yang terdiri dari mahasiswa serta tenaga pendidik STIKes Karya Kesehatan. Mayoritas peserta adalah mahasiswa tingkat akhir dengan rentang usia 18–35 tahun. Seluruh peserta mengikuti kegiatan penyuluhan, sesi tanya jawab, serta pemeriksaan tekanan darah dan skrining sederhana risiko Diabetes Mellitus.

Hasil pre-assessment menunjukkan bahwa sebagian besar peserta memiliki pengetahuan yang masih terbatas terkait faktor risiko dan upaya pencegahan hipertensi serta Diabetes Mellitus. Sebanyak 60% responden hanya mengetahui sebagian informasi dasar mengenai pola makan sehat dan pengukuran tekanan darah. Selain itu, 72% responden melaporkan sering mengalami stres akibat tuntutan akademik maupun pekerjaan, namun belum mengetahui teknik manajemen stres yang efektif untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (7).

Setelah diberikan penyuluhan, terjadi peningkatan pengetahuan yang signifikan pada peserta. Hasil post-assessment memperlihatkan bahwa 88% responden memahami cara mengelola stres dengan teknik relaksasi sederhana seperti pernapasan dalam, serta dapat menyebutkan minimal tiga upaya pencegahan hipertensi dan Diabetes Mellitus.

Selain itu, 85% responden menyatakan memiliki motivasi untuk melakukan perubahan perilaku, termasuk meningkatkan aktivitas fisik, memperbaiki pola makan, dan menghindari makanan tinggi gula, garam, lemak jenuh (8).

Pemeriksaan tekanan darah menunjukkan bahwa 25% responden memiliki tekanan darah pada kategori pra-hipertensi dan 8% responden terindikasi hipertensi tahap awal. Temuan ini menguatkan pentingnya upaya promotif dan preventif di lingkungan perguruan tinggi guna mencegah munculnya komplikasi penyakit tidak menular di usia produktif (9).

Berdasarkan hasil kegiatan ini, edukasi manajemen stres dan upaya pencegahan PTM terbukti dapat memberikan dampak positif dalam peningkatan pengetahuan dan kesadaran civitas akademik. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa intervensi edukatif berbasis institusi pendidikan mampu mendukung terbentuknya perilaku hidup sehat secara berkelanjutan pada kelompok usia produktif. Dukungan institusi dan tindak lanjut upaya kesehatan seperti pemantauan tekanan darah rutin juga sangat diperlukan untuk mempertahankan perubahan perilaku yang telah mulai terbentuk (10).

Secara keseluruhan, pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini berjalan

baik, efektif, dan memberikan manfaat nyata bagi peserta dalam memahami pentingnya pengelolaan stres serta pencegahan penyakit tidak menular, khususnya hipertensi dan Diabetes Mellitus (11).



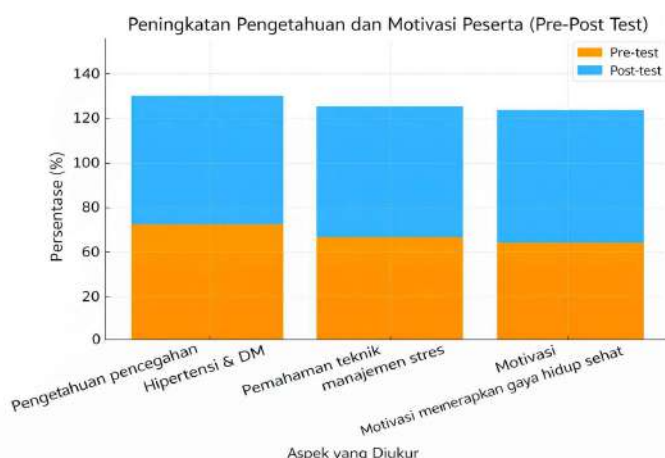
Gambar 1. Pelaksanaan Edukasi pada Akademika Stikes Karya Kesehatan



Gambar 2: Pemeriksaan tekanan Darah



Grafik 1. Pre-Post Test dan Grafik Peningkatan Pengetahuan dan Motivasi Peserta



Grafik 2. Pre-Post Test dan Grafik Peningkatan Pengetahuan dan Motivasi Peserta

Simpulan Dan Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi manajemen stres dan pencegahan hipertensi serta Diabetes Mellitus di STIKes Karya Kesehatan memberikan dampak positif dengan peningkatan pengetahuan dan kesadaran peserta mengenai pencegahan penyakit tidak menular.

Meskipun demikian, masih terdapat peserta dengan pra-hipertensi dan hipertensi awal sehingga upaya promotif dan preventif perlu terus diperkuat. Untuk keberlanjutan, institusi diharapkan mendukung pemantauan kesehatan rutin, sementara peserta diharapkan menerapkan gaya hidup sehat melalui pengelolaan stres, aktivitas fisik, dan pola makan seimbang. Kegiatan lanjutan seperti pelatihan olahraga ringan dan konseling kesehatan juga diperlukan guna mendukung perubahan perilaku yang berkelanjutan.

Daftar Rujukan

- [1] Vena, Maylina. Hubungan Self Care Management Terhadap Quality Of Life Pada Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 Di Puskesmas Pasar Rebo. 2025.
- [2] Purnamasari, Anisa, Et Al. Edukasi Pencegahan Hipertensi Dan Pelatihan Pengolahan Sampah Organik Sebagai Strategi Peningkatan Kesehatan Dan Kualitas Lingkungan Masyarakat Di Kelurahan Toronipa. *Karya Kesehatan Journal Of Community Engagement*, 2025, 6.1: 19-24.
- [3] Khani Jeihooni, Ali, Et Al. Effect Of Educational Intervention Based On Precede Model On Lifestyle Modification, Self-Management Behaviors, And Hypertension In Diabetic Patients. *Bmc Endocrine Disorders*, 2023, 23.1: 6.
- [4] Pikula, Aleksandra, Et Al. Promise Of Lifestyle Medicine For Heart Disease, Diabetes Mellitus, And Cerebrovascular Diseases. *Mayo Clinic Proceedings: Innovations, Quality & Outcomes*, 2024, 8.2: 151-165.
- [5] Talukder, Ashis, Et Al. Rural And Urban Differences In The Prevalence And Determinants Of Type-2 Diabetes In Bangladesh. *Plos One*, 2024, 19.4: E0298071.
- [6] Charchar, Fadi J., Et Al. Lifestyle Management Of Hypertension: International Society Of Hypertension Position Paper Endorsed By The World Hypertension League And European Society Of Hypertension. *Journal Of Hypertension*, 2024, 42.1: 23-49.
- [7] Moradi, Farideh, Et Al. Comparing The Associated Factors On Lifestyle Between Type 2 Diabetic Patients And Healthy People: A Case-Control Study. *Community Health Equity Research & Policy*, 2023, 43.3: 293-299.
- [8] Konlan, Kennedy Diema; Shin, Jinhee. Determinants Of Self-Care And Home-Based Management Of Hypertension: An Integrative Review. *Global Heart*, 2023, 18.1: 16.
- [9] Sifunda, Sibusiso, Et Al. Prevalence And Psychosocial Correlates Of Diabetes Mellitus In South Africa: Results From The South African National Health And Nutrition Examination Survey (Sanhanes-1). *International Journal Of Environmental Research And Public Health*,

Isran, Ellyani Abadi. Edukasi Manajemen Stres dan Pencegahan Hipertensi serta Diabetes Mellitus pada Civitas Akademik Stikes Karya Kesehatan

2023, 20.10: 5798.

- [10] Lee, Hyun Ji, Et Al. Psychological Stress In Parents Of Children With Atopic Dermatitis: A Cross-Sectional Study From The Korea National Health And Nutrition Examination Survey. *Acta Dermato-Venereologica*, 2023, 103: 2242.

- [11] Cojocaru, Karina-Alexandra, Et Al. Mitochondrial Dysfunction, Oxidative Stress, And Therapeutic Strategies In Diabetes, Obesity, And Cardiovascular Disease. *Antioxidants*, 2023, 12.3: 658.