

## **Pemanfaatan Media Penyuluhan Gizi Lembar Balik oleh Dokter Kecil Dalam Program UKS Di Sekolah Dasar Kecamatan Sukawati Kabupaten Gianyar Tahun 2019**

I Putu Suiraoaka<sup>1k</sup>; G A Dewi Kusumayanti<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Poltekkes Kemenkes Denpasar, Jurusan Gizi

Email penulis korespondensi (<sup>K</sup>): [suiraoaka@gmail.com](mailto:suiraoaka@gmail.com)

---

### **Abstract**

This program focuses on health education activities by little doctors using applicative extension media in terms of applying food diversity, selecting healthy snacks and eating breakfast. The purpose of this community service activity is to conduct training and measure changes in the knowledge of small doctors before and after the training on the use of flipchart nutrition counseling media by little doctors in the UKS program. The targets in this activity are Little Doctors in SD N 1, SDN 2 and SDN 3 Batubulan Kanging. Community service activities were carried out in July 2019 which included pre-test, training, post-test, counseling with a flip sheet by a small doctor to target elementary school children in their neighborhood. The number of targets in the three elementary schools is 57 people. Descriptively the age of the small doctor ranged from 9 years to 12 years, with an average age of 10.33 years and a standard deviation of 0.76 years. The knowledge pre-test results show the lowest value of 45 and the highest value of 95 with an average of 72.45 and a standard deviation of 12.50. In counseling training activities using flipchart media on little doctors in SD N 1, 2 and 3 Batubulan miss it can be observed that the small doctors are very enthusiastic to follow and try. This is because the flipchart is something new and is easily applied by them. The results of the post-test knowledge showed an increase compared to the pre-test data. The lowest value is 50 and the highest value is 100 with an average of 76.05 and a standard deviation of 11.79. There was a significant increase in knowledge based on paired t test results ( $p < 0.05$ ). Based on a review of the results of community service activities, it can be suggested that counseling activities carried out by small doctors are more often done. This adds to the knowledge and insight of elementary school children about healthy, nutritious and balanced food. Counseling is done more easily by using flipchat.

**Keyword :** Nutrition education, Little doctors, Flipchart, School Health Program

### **Pendahuluan**

Sekolah merupakan sebuah lembaga pendidikan yang di dalamnya terdapat interaksi antara peserta didik, pendidik dan komponen pendidikan lainnya. Dalam pelaksanaan pendidikan di sekolah disesuaikan dengan kurikulum yang berlaku. Adapun tujuan pendidikan di sekolah ini adalah untuk menuju pencapaian tujuan pendidikan nasional yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan manusia Indonesia seutuhnya, yaitu manusia yang beriman dan bertakwa terhadap

Tuhan yang Maha Esa dan berbudi pekerti luhur, berkepribadian yang mantap dan mandiri serta memiliki rasa tanggungjawab kemasyarakatan dan kebangsaan <sup>(1)</sup>.

Mengingat masyarakat sekolah merupakan bagian besar dari kehidupan bermasyarakat, maka masalah kesehatan peserta didik merupakan salah satu bidang yang sangat perlu diperhatikan. Untuk dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik dan mencapai tujuan pembelajaran, peserta didik harus dalam kondisi yang sehat, baik secara jasmani maupun rohani agar siap menerima semua pelajaran yang diberikan. Apabila peserta didik dalam mengikuti kegiatan pembelajaran berada dalam keadaan tidak sehat atau sakit, maka akan sulit untuk menerima pelajaran yang diberikan kepadanya sehingga pembelajaran akan sulit mencapai tujuan secara optimal.

Sekolah sebagai salah satu lembaga yang menyelenggarakan pendidikan formal mempunyai peranan yang amat penting dalam usaha mendewasakan anak dan menjadikannya sebagai anggota masyarakat yang berguna. Untuk itu perlu adanya upaya peningkatan mutu pendidikan, kualitas siswa dan mutu lulusan. Dalam hal ini input, proses dan output perlu kita perhatikan terutama kegiatan proses karena kegiatan itu yang menentukan mutu dari outputnya. Adapun yang berperan aktif dari kegiatan proses adalah pendidik, staf sekolah dan siswa. Tujuan tersebut dapat tercapai jika kondisi jasmani pendidik, staf dan siswa dalam keadaan sehat agar dapat menyelenggarakan kegiatan dan menjalankan fungsi masing-masing dengan baik. Untuk itu perlu kita kembangkan kegiatan UKS dalam rangka membantu mengatasi masalah kesehatan yang sedang dialami.

Data Riskesdas menunjukkan bahwa Indonesia mengalami *double burden malnutrition*, yaitu kondisi adanya spektrum ganda (berlebihan gizi dan berkekurangan gizi) yang terjadi bersamaan pada suatu populasi. Kedua spektrum masalah gizi tersebut dapat menyebabkan masalah kesehatan yang serius. Anak yang kurang gizi akan menjadi remaja yang tidak produktif dan mengakibatkan gangguan perkembangan otak, sehingga berpengaruh pada rendahnya kecerdasan kognitif. Sementara seorang anak yang mengalami gizi berlebih bisa menyebabkan kegemukan dan meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif saat dewasa. Hal ini berakibat buruk pada produktivitas dan pembengkakan biaya kesehatan <sup>(2)</sup>.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tim pengabdian masyarakat Jurusan Gizi merancang suatu program penanggulangan masalah gizi pada anak sekolah dasar melalui Unit Kesehatan Siswa (UKS) melalui suatu upaya pendidikan kesehatan dengan melibatkan para dokter kecil dalam lingkup Program UKS. UKS memiliki keunggulan dalam hal jangkauan, karena memang telah tersebar di tingkat Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP) dan Sekolah Menengah Atas (SMA) di seluruh Indonesia. Program UKS dilaksanakan pada sekolah dasar, khususnya pada sekolah dasar di Kecamatan Sukawati, Kabupaten Gianyar. Program ini berfokus pada kegiatan pendidikan kesehatan oleh dokter kecil dengan menggunakan media penyuluhan aplikatif dalam hal penerapan keanekaragaman pangan, pemilihan jajanan sehat dan pembiasaan sarapan <sup>(3)</sup>.

## Metode Pengabdian

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan tiga sub kegiatan, yaitu pelatihan penggunaan media pendidikan kesehatan aplikatif bagi dokter kecil, pendidikan kesehatan oleh dokter kecil dan pengukuran pengetahuan gizi anak SD setelah diberikan penyuluhan oleh dokter kecil dengan media pendidikan kesehatan aplikatif. Sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah anak sekolah dasar yang terdaftar sebagai Dokter kecil di SD N 1, SDN 2 dan SDN 3 Batubulan Kangin, Kecamatan Sukawati, Kabupaten Gianyar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada bulan Juli 2019. Sehubungan dengan pelaksanaan kegiatan yang dilaksanakan terpadu untuk ketiga sekolah maka tempat pelaksanaannya dilaksanakan di wantilan sekolah dasar setempat.

Pada awal kegiatan pengabdian ini dilakukan *pre test* (penilaian awal) untuk mengukur pengetahuan gizi. Selanjutnya pada pertemuan ke dua mulai dilakukan pelatihan penggunaan media pendidikan kesehatan aplikatif bagi dokter kecil dan dilanjutkan dengan kegiatan pendidikan kesehatan oleh dokter kecil. Pada akhir kegiatan pengabdian ini dilakukan *post test* (penilaian akhir) untuk mengukur pengetahuan gizi anak SD. Evaluasi proses dilakukan dengan melakukan wawancara dengan sasaran pengabdian, keaktifan sasaran pengabdian serta kemampuan melakukan penyuluhan gizi. Analisa data dilakukan dengan membandingkan hasil pengamatan awal dan akhir yang meliputi: pengetahuan gizi anak SD. Perbandingan dilakukan dengan uji t-test berpasangan dengan tingkat kepercayaan 95%.

## Hasil dan Pembahasan

### A. Hasil

Lokasi pengabdian masyarakat ini ada di tiga sekolah di Desa Batubulan Kangin. Ketiga sekolah ini secara administrative merupakan tiga sekolah yang terpisah namun dari segi alamat dan lokasi sekolah, ketiganya sekolah ini berada di satu kawasan di dusun Batuyang, Desa Batubulan Kangin. Status kepemilikan sekolah SD N 1 Batubulan Kangin adalah milik Pemerintah Daerah. Dasar Pendirian sekolah dengan SK No 404/1961 dan didirikan pada tanggal 1 Agustus 1961. SD N 2 Batubulan kangin juga merupakan sekolah milik pemerintah Daerah yang didirikan tanggal 1 Juli 1960. Sedangkan SDN 3 Batubulan kangin merupakan sekolah dengan status kepemilikan Pemerintah Pusat dengan SK Pendirian No.47/PD/II/4/1978 tertanggal 5 Mei 1978. Sasaran dalam pengabdian masyarakat ini adalah seluruh anak sekolah dasar di SD No. 1, 2 dan 3 tercatat sebagai dokter kecil. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan sebaran dokter kecil di setiap sekolah tidak sama. Sebaran sasaran pengabdian masyarakat yaitu dokter kecil menurut sekolah dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Sebaran sasaran menurut asal sekolah

No	Sekolah	f	%
1	SDN 1 Batubulan Kangin	25	43.9
2	SDN 2 Batubulan Kangin	11	19.3
3	SDN 3 Batubulan Kangin	21	36.8
Jumlah		57	100.0

Secara deskriptif umur sasaran berkisar antara 9 tahun sampai dengan 12 tahun. Dengan rata-rata umur 10.33 tahun dan standar deviasi 0.76 tahun. Data deskriptif hasil pre test sasaran menunjukkan nilai sebagai berikut: nilai terendah 45 dan nilai tertinggi 95 dengan nilai rata-rata sebesar 72.45 dan standar deviasi 12.50.

Kegiatan pelatihan yang dilaksanakan difokuskan pada pengenalan media lembar balik dan cara melakukan penyuluhan dengan menggunakan media lembar balik tersebut. Materi yang disampaikan dalam media lembar balik tersebut adalah makanan sehat, bergizi dan seimbang. Sub materi yang disampaikan meliputi: 1) pengertian makanan sehat dan makanan bergizi seimbang, 2) Tri Guna makanan bagi tubuh manusia, 3) Pengelompokan zat gizi makanan berdasarkan Tri Guna Makanan, 4) Contoh bahan makanan sesuai pengelompokan zat gizi dan 5) akibat kelebihan dan kekurangan asupan makanan bagi tubuh.

Dalam kegiatan pelatihan penyuluhan dengan menggunakan media lembar balik pada dokter kecil di SD N 1, 2 dan 3 Batubulan kangin dapat diamati bahwa sasaran sangat antusias mengikuti dan mencoba. Hal ini dikarenakan karena lembar balik merupakan sesuatu hal yang baru serta mudah diaplikasikan oleh mereka.

Hasil post test sasaran menunjukkan terjadi peningkatan dibandingkan data pre test, dimana data deskriptif hasil post test sasaran menunjukkan nilai sebagai berikut: nilai terendah 50 dan nilai tertinggi 100 dengan rata-rata sebesar 76.05 dan standar deviasi 11.79. Data selengkapnya tentang pre dan post test adalah seperti tersaji pada tabel 2.

Tabel 2. Sebaran sasaran menurut Kategori Pengetahuan Pre Test dan Post Test

No	Kategori Pengetahuan	Pre test		Post test	
		f	%	f	%
1	Cukup	6	10.5	4	7.0
2	Baik	30	52.6	29	50.9
3	Sangat Baik	21	36.8	24	42.1
Jumlah		57	100.0	57	100.0

Hasil analisis statistik terhadap perubahan pengetahuan sasaran pengabdian masyarakat menunjukkan terdapat perubahan nilai rata-rata dan standar deviasi antara nilai pre test dengan post test nya. Dimana rata-rata dan standar deviasi pada saat pre test diperoleh sebesar  $72.45 \pm 12.50$ . Sedangkan pada post test diperoleh sebesar  $76.05 \pm 11.79$ . Hal ini menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata sebesar 3.59 dan jarak antar data semakin sempit yang ditunjukkan dengan mengecilnya nilai

standar deviasi. Secara statistik hal ini menunjukkan perubahan yang bermakna berdasarkan hasil paired t test dengan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ )

## **B. Pembahasan**

Salah satu teori yang digunakan sebagai bahan kajian penggunaan media adalah Kerucut Pengalaman Edgar Dale. Dalam teori ini dinyatakan bahwa pemberian informasi melalui media visual yaitu membaca dan melihat gambar akan memberikan hasil belajar sebesar 40% sehingga dapat disimpulkan bahwa penggunaan media visual yaitu lembar balik akan mempermudah cara penyampaian pesan atau informasi kepada siswa.

Hasil analisis statistik terhadap perubahan pengetahuan sasaran pengabdian masyarakat menunjukkan terdapat perubahan nilai rata-rata dan standar deviasi antara nilai pre test dengan post test nya. Dimana rata-rata dan standar deviasi pada saat pre test diperoleh sebesar  $72.45 + 12.50$ . Sedangkan pada post test diperoleh sebesar  $76.05 + 11.79$ . Hal ini menunjukkan terdapat peningkatan rata-rata sebesar 3.59 dan jarak antar data semakin sempit yang ditunjukkan dengan mengecilnya nilai standar deviasi. Secara statistik hal ini menunjukkan perubahan yang bermakna berdasarkan hasil paired t test dengan nilai  $p = 0.001$  ( $p < 0.05$ ).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Hamdalah, Afif (2013) yang menunjukkan bahwa media cerita bergambar dapat meningkatkan pengetahuan yaitu tentang efektifitas media cerita bergambar dan ular tangga dalam pendidikan kesehatan gigi dan mulut pada siswa SDN 2 Patrang Kabupaten Jember yang mengungkapkan bahwa ada peningkatan pengetahuan sebesar 65,38% setelah intervensi<sup>(4)</sup>.

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu <sup>(5)</sup>. Pemberian informasi dapat dilakukan dengan penyuluhan menggunakan media visual yaitu buku cerita bergambar. Buku cerita merupakan alat bantu lihat (visual aids) yang dapat digunakan dalam proses pendidikan. Visual aids menstimulasi indera yang dapat digunakan dalam proses pendidikan. Notoatmojo (2003) mengatakan bahwa menurut berbagai penelitian ahli, indera yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata<sup>(5)</sup>. Pengetahuan manusia yang diperoleh melalui mata kurang lebih mencapai 75-87% sedangkan 13-25% lainnya diperoleh melalui indera lain<sup>(6)</sup>.

Siswa yang tidak meningkat pengetahuannya setelah diberikan penyuluhan dapat disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal berkaitan dengan segala hal yang ada pada diri siswa, meliputi kesehatan, kematangan fisik dan alat indera, intelegensi atau kecerdasan, motivasi, ingatan, minat, sikap, bakat, dan disiplin belajar. Faktor eksternal berkaitan dengan segala hal yang datang dari luar individu, baik melalui keluarga, metode mengajar, media pelajaran, hubungan siswa dengan siswa dan kegiatan siswa dalam masyarakat.<sup>(7)</sup>

Hal tersebut menunjukkan bahwa penyuluhan merupakan suatu kegiatan yang dapat memengaruhi perubahan pengetahuan siswa. Perubahan pengetahuan ini menunjukkan efektifitas

penyuluhan yang telah dilakukan melalui media buku cerita bergambar dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai sayur dan buah.

### **Simpulan dan Saran**

Berdasarkan hasil pengabdian ini dapat disimpulkan bahwa : 1) Kegiatan pelatihan penyuluhan dengan menggunakan media lembar balik pada dokter kecil di SD N 1, 2 dan 3 Batubulan kangen diikuti antusias karena lembar balik merupakan sesuatu hal yang baru, serta mudah diaplikasikan oleh mereka. 2) Hasil penilaian pengetahuan akhir sasaran menunjukkan terjadi peningkatan dibandingkan data pre test dan 3) Hasil uji statistika menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan yang bermakna.

Berdasarkan kajian hasil kegiatan pengabmas ini dapat disarankan agar kegiatan penyuluhan yang dilakukan oleh dokter kecil lebih sering dilakukan. Hal ini akan menambah pengetahuan dan wawasan anak-anak sekolah dasar tentang makanan sehat bergizi dan seimbang. Penyuluhan yang dilakukan lebih mudah dengan menggunakan media lembar balik.

### **Daftar Pustaka**

1. Depkes RI. Pedoman Pembinaan dan Pengembangan Usaha Kesehatan Sekolah. Jakarta: Dinas P dan K Jawa Tengah. 1985
2. RI D. *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI; 2018
3. Depkes RI, Kualitas Sumber Daya Manusia Ditentukan Pendidikan dan Kesehatan. <http://202.155.5.44/index.php?option=news&task=viewarticle&sid=701&Itemid=2>.2002
4. Hamdalah. A., Perbedaan Efektivitas Metode Ceramah Dengan Media Cerita Bergambar Dan Ceramah Dengan Media Permainan Ular Tangga Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap Dan Praktik Kesehatan Gigi Dan Mulut(Studi pada Siswa Kelas 3 SDN Patrang 02 Kecamatan Patrang Kabupaten Jember) (Skripsi), FKM, Universitas Jember.2013
5. Notoatmodjo, S., Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: PT Rineka Cipta.2003
6. Maulana HDJ. Promosi Kesehatan. Jakarta: EGC.2009
7. Sunaryo. K., Bimbingan dan Konseling Perkembangan:Pendekatan Alternatif bagi Perbaikan Mutu dan Sistem Manajemen Layanan Bimbingan dan Konseling Sekolah dalam Jurnal Bimbingan dan Konseling.2003.Vol.VI.No.11