

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
TAHUN AJARAN 2024/2025 GENAP**



**“Implementasi Pemeriksaan Antropometri dan Edukasi Perilaku Sehat
sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi dan Higiene di SD Muhammadiyah
Ambarbinangun, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta”**

OLEH:

Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS ALMA ATA YOGYAKARTA
2025**

DAFTAR ISI

COVER	1
DAFTAR ISI.....	2
HALAMAN PENGESAHAN.....	3
KATA PENGANTAR	4
BAB I PENDAHULUAN	5
A. Latar Belakang	5
B. Analisa Masalah	8
C. Rumusan Masalah	9
BAB II TEMA KEGIATAN, TUJUAN, MANFAAT DAN PEMECAHAN MASALAH	10
A. Tema Kegiatan	10
B. Tujuan	10
C. Manfaat	11
D. Pemecahan Masalah	11
BAB III METODE PELAKSANAAN KEGIATAN.....	13
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN.....	15
A. Pelaksanaan Kegiatan.....	15
B. Hasil Kegiatan.....	17
C. Rincian Penggunaan Biaya Kegiatan	20
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	21
A. Simpulan	21
B. Saran.....	21
REFERENSI	22
Lampiran Dokumentasi Kegiatan	25
Lampiran Materi Kegiatan	27
Lampiran Surat Tugas	33

HALAMAN PENGESAHAN

LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

1. Judul : Implementasi Pemeriksaan Antropometri dan Edukasi Perilaku Sehat sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi dan Higiene
2. Ketua Pelaksana
 - a. Nama : Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE
 - b. Jenis Kelamin : Laki-laki
 - c. NIK : -
 - d. Program Studi : Ilmu Keperawatan
 - e. Bidang Keahlian : Ilmu Keperawatan
3. Anggota Tim
 - a. Jumlah Anggota : 7
 - b. Nama Anggota / bidang keahlian : (Program Sarjana Keperawatan)
Dita Oktavia (230101632)
Kania (230102650)
Imel (230101645)
Leli Murtofiah (230101652)
Lisa Aprila (230101653)
Marsha Anantha (230101654)
Maryatul Kiftia (230101655)
4. Bentuk kegiatan : Penkes dan demonstrasi
5. Lokasi kegiatan : SD Muhammadiyah Ambarbinangun, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta
6. Jangka Waktu Pelaksanaan : 2 hari
7. Nama Sumber Dana : Mandiri
8. Biaya : Rp. 300.000,00

Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan



DR. Yhona Paratmanitya, S.Gz., Dietisien., MPH
NIK 1200710038

Ketua Pelaksana



Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE
NIK. -

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Alhamdulillah atas izin dan bimbingan Allah SWT maka laporan pengabdian kepada masyarakat dengan judul “Implementasi Pemeriksaan Antropometri dan Edukasi Perilaku Sehat sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi dan Higiene” telah dilaksanakan dan dituliskan dengan baik oleh dosen Program Studi Profesi Ners, sebagai salah satu bukti kegiatan pengembangan pada Tri Dharma yaitu Pengabdian kepada Masyarakat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan ini merupakan bentuk yang tidak lepas dari keterlibatan dari berbagai pihak. Dengan demikian, kami mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah memberikan kontribusi dan bantuan untuk terlaksananya Implementasi Pemeriksaan Antropometri dan Edukasi Perilaku Sehat sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi dan Higiene di SD Muhammadiyah Ambarbinangun, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Laporan ini, sebagai pertanggungjawaban paska terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, kami menyusun laporan yang memuat beberapa tahapan dan proses pada saat pelaksanaan kegiatan. Laporan yang kami susun ini masih memuat beberapa kekurangan yang memerlukan masukan untuk perbaikan kedepannya pada saat implementasi di masyarakat yang lebih luas.

Kedepan, harapan untuk kebermanfaatan dari kegiatan yang telah kami laksanakan dapat menjangkau lebih luas baik untuk peserta yang mengikuti pelaksanaan kegiatan, maupun lingkungan masyarakat disekitarnya. Demikian, laporan kegiatan yang telah kami susun, semoga dapat menjadi amal jariyah yang diterima oleh Allah SWT serta masyarakat yang lebih luas.

Wassalamu'allaikum Wr.Wb.

Yogyakarta, 27 Juni 2025

Penyusun

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah gizi dan kebersihan diri masih menjadi isu penting dalam tumbuh kembang anak usia sekolah dasar di berbagai negara (1,2), termasuk Indonesia (3). Kondisi ini diperburuk oleh keterbatasan sumber daya dan kurangnya akses terhadap informasi materi ajar dan pelayanan kesehatan serta edukasi kesehatan dasar (4).

Data dari UNICEF tahun 2023 menyebutkan bahwa sekitar 149 juta anak di seluruh dunia mengalami stunting, dengan mayoritas berasal dari negara berkembang (5). Lapora Unicef Indonesia tahun 2024 menyajikan data bahwa lebih dari 7,6 juta balita menjalani deteksi dini wasting akut dan 36.514 balita mendapatkan perawatan (6). Stunting dan masalah kebersihan diri berkaitan erat dengan rendahnya pengetahuan kesehatan dasar serta akses sanitasi yang buruk dan gizi seimbang (7).

Di tingkat nasional, Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 yang dirilis oleh Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa prevalensi stunting pada anak usia di bawah 12 tahun masih sebesar 21,6%, yang meskipun menurun dari tahun sebelumnya, masih jauh dari target WHO yaitu di bawah 20% (8). Selain itu, masalah obesitas dan gizi kurang juga tetap menjadi perhatian (6).

Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 dan data Kementerian Kesehatan juga menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan anak usia sekolah belum optimal, serta prevalensi karies gigi pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia mencapai 66,3%, sementara itu, masalah gizi pada anak usia sekolah, seperti kurang energi kronik, gizi berlebih masih menjadi perhatian, dikarenakan dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan anak (9). PHBS yang tidak optimal, seperti masih banyak anak yang tidak rutin menyikat gigi yang benar dua kali sehari, tidak mencuci tangan dengan sabun, memotong kuku secara rutin serta memiliki kebiasaan jajan sembarangan atau makanan tidak sehat (10,11).

Secara khusus, Dinas Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) dalam laporan pemantauan gizi anak tahun 2023 melaporkan bahwa masih terdapat anak usia sekolah dengan status gizi buruk dan kurang, meskipun angka stunting di DIY relatif lebih rendah dibandingkan angka nasional, sehingga terdapat kabupaten yang memiliki prevalensi gizi kurang di atas 10%, termasuk Kabupaten Bantul (12). Data diatas, ditunjang juga dari laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul tahun 2025 merilis data pemantauan status gizi anak usia sekolah dasar yang menunjukkan bahwa sebagian besar sekolah belum melaksanakan skrining gizi dan edukasi kesehatan pribadi (kebersihan gigi dan kuku) pada anak sekolah secara rutin, sehingga ditemukan pula bahwa tingkat kebersihan gigi dan kuku pada anak sekolah dasar masih rendah, serta belum semua sekolah memiliki program pembiasaan hidup bersih yang terstruktur, namun dari data yang dilaporkan ke dinas kesehatan menyajikan data bahwa Gerakan Perilaku Hidup dan Bersih (PHBS) semakin berkembang dengan capaian 88,82% pada tahun 2024, namun sarana cuci tangan perlu terus di kembangkan di tempat-tempat strategis (13). Oleh karena itu, masalah kesehatan pada gigi dan mulut seperti gigi berlubang (karies) akibat kurangnya kebersihan gigi dan konsumsi makanan manis, kemudian masalah kuku yang tidak terawat dapat menjadi tempat bersarangnya kotoran dan kuman.

Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap gangguan pertumbuhan dan infeksi karena kurangnya asupan gizi dan kebersihan pribadi atau perilaku hidup bersih yang belum terbentuk secara optimal (6,8,10,13,14). Sekolah memiliki peran strategis dalam membentuk kebiasaan hidup sehat pada anak-anak melalui pendidikan dan pembinaan yang dilakukan setiap hari, serta menyediakan fasilitas kebersihan seperti sabun dan sikat gigi (4).

Status gizi yang tidak sesuai, seperti kekurangan dan kelebihan gizi, akan berdampak langsung terhadap daya tahan tubuh, kemampuan belajar atau perkembangan kognitif, prestasi belajar dan perkembangan sosial anak, namun nutrisi yang cukup dan seimbang sangat penting untuk mendukung sistem imun, sehingga anak lebih tahan terhadap infeksi dan penyakit yang

dapat mengganggu penyerapan nutrisi serta tumbuh kembang (15). Anak dengan status gizi normal cenderung memiliki perkembangan kognitif yang lebih baik dibandingkan anak dengan gizi kurang atau lebih (15,16). Pemeriksaan antropometri menjadi salah satu metode sederhana namun efektif untuk menilai dan memantau status gizi anak secara periodik atau berkala (3).

Indikator antropometri seperti berat badan (BB), tinggi badan (TB), lingkar lengan atas (LILA), dan lingkar kepala (LK) sangat penting untuk menilai status gizi dan mendeteksi risiko stunting, gizi kurang, wasting, atau obesitas (17,18). Data hasil pengukuran atau pemeriksaan rutin ini, kemudian dapat digunakan sebagai dasar perencanaan intervensi kesehatan sekolah yang lebih cepat dan tepat sasaran.

Selain faktor gizi, aspek kebersihan diri yang baik seperti mencuci tangan, menjaga kebersihan mulut atau gigi dan kuku juga berkontribusi besar terhadap kesehatan anak terutama pada status gizi normal pada anak sekolah dasar(1,19), serta lebih sedikit mengalami infeksi, seperti cacingan, yang mengganggu penyerapan nutrisi(19,20). Beberapa studi lainnya, menyatakan bahwa mayoritas anak memiliki kebiasaan kebersihan diri yang baik, namun masih ditemukan masalah prevalensi gizi kurang, stunting dan defisiensi gizi (1,2).

Perilaku hidup bersih dan sehat perlu ditanamkan sejak dini agar anak memiliki kesadaran dan tanggung jawab terhadap tubuhnya sendiri (21). Edukasi kesehatan di sekolah dapat menjadi sarana untuk membentuk perilaku tersebut secara berkelanjutan, seperti meningkatkan perilaku makan sehat, konsumsi sayur, susu, dan mengurangi konsumsi gula (22).

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SD Muhammadiyah Ambarbinangun merupakan sebuah sekolah dasar yang terletak di wilayah Bantul, Yogyakarta, dengan karakteristik peserta didik yang beragam dari sisi latar belakang sosial dan ekonomi. Data awal dari hasil observasi dan wawancara menunjukkan bahwa masih adanya anak-anak dengan status gizi yang kurang optimal dan kebiasaan kebersihan pribadi yang belum konsisten.

Berdasarkan latar belakang diatas, perlu adanya tindakan untuk meningkatkan pengetahuan dan mengajarkan perilaku hidup bersih pada anak usia sekolah. Tim pengabdian dari Program Studi Pendidikan Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Alma Ata melakukan program pemeriksaan antropometri sekaligus memberikan penyuluhan kesehatan personal hygiene atau edukasi perilaku hidup sehat dan demonstrasi secara langsung kepada siswa-siswi. Kegiatan ini tidak hanya mengukur kondisi gizi anak, tetapi juga memberikan pemahaman tentang pentingnya menjaga kebersihan diri sehari-hari, serta mampu mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Metode edukasi interaktif yang digunakan adalah pendekatan partisipatif melalui penyuluhan interaktif, praktik menyikat gigi dan mencuci tangan yang benar, serta pemberian materi tentang pengenalan makanan sehat sesuai kebutuhan gizi anak usia sekolah dengan permainan edukatif membuat anak lebih tertarik dan efektif dalam memahami pentingnya makanan sehat dan kebersihan diri (23,24). Edukasi atau penyuluhan kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan kebiasaan hidup bersih serta menjaga kesehatan secara mandiri. Penyuluhan dilakukan dalam bentuk kelas kecil (kelas 5) agar penyampaian informasi lebih efektif dan mudah dipahami.

Melalui kegiatan edukasi mengenai cara menyikat gigi yang benar, memotong kuku, mencuci tangan yang benar serta pemilihan makanan sehat ini, diharapkan siswa-siswi memiliki kesadaran lebih tinggi akan pentingnya gizi seimbang dan kebersihan pribadi sebagai modal utama dalam proses tumbuh kembang dan prestasi belajar. Pemeriksaan antropometri dan edukasi perilaku sehat menjadi langkah preventif untuk mendukung program PHBS dilingkungan sekolah dan mencegah terjadinya masalah kesehatan yang lebih serius pada masa depan anak-anak. Sekolah sebagai institusi pendidikan dasar dapat menjadi garda terdepan dalam membentuk generasi yang sehat, cerdas, dan berdaya saing tinggi.

B. Analisa Masalah

Pengabdian masyarakat merupakan bagian penting dan terintegrasi Tri Dharma Perguruan Tinggi yang melibatkan segenap sivitas akademik yaitu;

dosen, mahasiswa, tenaga kependidikan serta alumni. Dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, sivitas akademik dapat hadir ditengah-tengah masyarakat untuk ikut serta dalam memberikan kontribusi pengamalan keilmuan untuk memecahkan masalah atau memberikan perbaikan yang lebih positif terkait dengan kebutuhan masyarakat sebagai manusia.

Latar belakang yang dihimpun melalui survei pendahuluan mendasari pelaksanaan program Pemeriksaan Antropometri dan Edukasi Perilaku Sehat sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi dan Higiene. Program dilaksanakan pada kelompok usia Sekolah Dasar kelas di SD Muhammadiyah Ambarbinangun, Kabupaten Bantul.

C. Rumusan Masalah

Masalah kesehatan anak usia sekolah semakin bertambah seiring dengan perubahan gaya hidup, dikarenakan anak sekolah sering makan makanan jajanan yang dijual di pinggir jalan dan kurangnya kebersihan diri. Alasan ini mendorong untuk membuat program edukasi kesehatan dan praktik melakukan gosok gigi, cuci tangan dan merapikan kuku, yang dinilai efektif dari penelitian-penelitian sebelumnya dan arahan Kementerian Kesehatan RI. Intervensi ini dilaksanakan dengan rumusan masalah, sebagai berikut:

1. Bagaimana status gizi siswa di SD Muhammadiyah Ambarbinangun berdasarkan hasil pemeriksaan antropometri (berat badan, tinggi badan, LILA, dan lingkaran kepala)?
2. Bagaimana kebiasaan perilaku hidup sehat siswa yang meliputi kebersihan gigi dan kuku di SD Muhammadiyah Ambarbinangun sebelum diberikan edukasi?
3. Bagaimana pelaksanaan edukasi perilaku hidup sehat kepada siswa SD Muhammadiyah Ambarbinangun dalam rangka pencegahan masalah gizi dan higiene?
4. Apakah terdapat perubahan pengetahuan dan kebiasaan siswa terkait gizi dan higiene setelah dilakukan edukasi perilaku hidup sehat?

BAB II
TEMA KEGIATAN, TUJUAN, MANFAAT DAN PEMECAHAN
MASALAH

A. Tema Kegiatan

Pengabdian Masyarakat Melalui program Implementasi Pemeriksaan Antropometri dan Edukasi Perilaku Sehat sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi dan Higiene di SD Muhammadiyah Ambarbinangun.

B. Tujuan

1. Tujuan Umum: Memberikan bentuk pengabdian sebagai dosen dan perawat untuk mengimplementasikan keilmuan pada masyarakat dalam upaya untuk meningkatkan status gizi dan perilaku hidup bersih sehat pada siswa SD Muhammadiyah Ambarbinangun melalui kegiatan pemeriksaan antropometri dan edukasi kesehatan sebagai upaya pencegahan masalah gizi dan higiene.
2. Tujuan Khusus: dengan melakukan kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi kesehatan tentang makanan yang sehat dan mempraktikkan keterampilan kebersihan diri, bertujuan untuk;
 - a. Menilai status gizi siswa berdasarkan hasil pemeriksaan antropometri (berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas, dan lingkar kepala).
 - b. Mengidentifikasi kebiasaan perilaku hidup sehat siswa, khususnya dalam menjaga kebersihan gigi dan kuku sebelum intervensi edukasi.
 - c. Melaksanakan kegiatan edukasi dan praktik perilaku hidup sehat (cara menyikat gigi, memotong kuku, dan mencuci tangan tang benar) kepada siswa SD Muhammadiyah Ambarbinangun dengan pendekatan partisipatif dan edukatif.
 - d. Meningkatkan pengetahuan siswa tentang pentingnya gizi seimbang dan kebersihan pribadi dalam kehidupan sehari-hari.
 - e. Mengevaluasi perubahan pengetahuan dan perilaku siswa setelah pelaksanaan kegiatan edukasi dan pemeriksaan kesehatan.

C. Manfaat

Pengabdian kepada masyarakat dengan memberikan edukasi tentang pentingnya makanan sehat dan mempraktikkan cara menyikat gigi, mencuci tangan dan merapikan kuku. Program ini diharapkan dapat memberikan dampak manfaat secara teoritis dan praktis sebagai berikut;

1. Manfaat teoritis: hasil pengabdian masyarakat ini bermanfaat sebagai sumbangan pemikiran dan keilmuan bagi Ilmu Keperawatan khususnya pada bidang Keperawatan Anak, keluarga dan Komunitas serta bermanfaat bagi pengembangan Tri Dharma Perguruan Tinggi.
2. Manfaat praktis:
 - a. Bagi Masyarakat SD Muhammadiyah Ambarwinangun:
 - Mendapatkan layanan kesehatan anak yang lebih terorganisir dan berkelanjutan melalui Unit Kesehatan Sekolah.
 - Meningkatkan kesadaran dan pemahaman anak sekolah mengenai pentingnya makanan sehat dan mempraktikkan cara menyikat gigi, mencuci tangan dan merapikan kuku
 - b. Bagi Siswa-siswa:
 - Memperoleh pengetahuan dan keterampilan praktis yang dapat diterapkan dalam kegiatan sehari-hari.
 - Meningkatkan rasa percaya diri dan kesiapan untuk melakukan kebersihan diri.

D. Pemecahan Masalah

Permasalahan utama yang dihadapi diatas adalah masih rendahnya kesadaran siswa sekolah dasar terhadap pentingnya status gizi yang baik dan perilaku hidup bersih sehat, yang berisiko menimbulkan gangguan pertumbuhan serta penyakit infeksi. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, dilakukan pendekatan terpadu melalui program kegiatan edukasi kesehatan, praktik kebersihan dan pemeriksaan antropometri. Langkah-langkah pemecahan masalah yang dapat dilakukan sebagai berikut:

1. Identifikasi Masalah dan Kebutuhan

Tim pengabdian melakukan observasi atau survei awal dan pengumpulan data dasar untuk mengidentifikasi status gizi dan kebiasaan siswa, seperti kebersihan gigi, dan kuku.

2. Perencanaan edukasi dan pemeriksaan

a. Menyusun satuan acara penyuluhan (SAP), media mencakup materi teori dan praktik, serta kuesioner.

b. Menyiapkan alat, bahan, dan narasumber yang relevan.

3. Pelaksanaan pengukuran Antropometri

Pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas (LILA), dan lingkar kepala (LIKA) dilakukan terhadap seluruh siswa untuk mengetahui status gizi secara objektif dan mengklasifikasikan anak yang berisiko stunting, wasting, obesitas, atau gizi kurang.

4. Pembagian kuesioner

Kuesioner yang diisi meliputi demografi, hasil antropometri, kebiasaan mencuci tangan, dan kebiasaan merapikan kuku serta kebiasaan menyikat gigi.

5. Edukasi dan praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Setelah mengetahui kondisi siswa, dilakukan edukasi kesehatan melalui media interaktif, simulasi praktik cuci tangan, menyikat gigi, presentasi makanan sehat dan bergizi, serta diskusi dengan tanya jawab (tebak-tebak an) agar siswa lebih mudah memahami dan menerapkan perilaku hidup bersih sehat.

6. Pelibatan Guru Kelas

Guru kelas dilibatkan dalam kegiatan edukasi agar dapat melanjutkan pembiasaan dan pengawasan terhadap anak di lingkungan sekolah secara konsisten.

7. Evaluasi Dampak Intervensi

Setelah edukasi kesehatan dan praktik, dilakukan evaluasi terhadap perubahan pengetahuan dan perilaku siswa melalui kuis sederhana dan observasi. Hasil evaluasi digunakan sebagai bahan perbaikan program keberlanjutan.

BAB III

METODE PELAKSANAAN KEGIATAN

Melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan beberapa metode, yaitu;

a. Tahap Persiapan

Minggu ke 1

1. Mengkoordinasi dengan Pemangku Kepentingan

Bekerja sama dengan kepala Sekolah SD Muhammadiyah ambarwinangun untuk mendukung pelaksanaan kegiatan program edukasi Kesehatan dan praktik perilaku hidup bersih dan sehat.

2. Mengidentifikasi Peserta

Meminta ijin kepada kepala sekolah melalui guru kelas untuk menunjukan siswa-siswi yang diperbolehkan ikut kegiatan.

3. Menyusun materi kegiatan

Menyusun satuan acara penyuluhan (SAP), media mencakup materi teori dan praktik, serta kuesioner.

b. Tahap Pelaksanaan

Minggu ke 1: Pelaksanaan Pengukuran Antropometri

1. Pembukaan dan Ice Breaking

Memperkenalkan tujuan edukasi kesehatan dan membangun suasana yang kondusif.

2. Pelaksanaan pengukuran Antropometri

Pengukuran berat badan, tinggi badan, lingkar lengan atas (LILA), dan lingkar kepala (LIKA) setiap siswa siswi.

Minggu ke 2: Edukasi Kesehatan dan Praktik oleh mahasiswa

3. Edukasi Kesehatan sekaligus simulasi

Edukasi kesehatan melalui media interaktif terkait makanan sehat dan bergizi, dilanjutkan simulasi praktik cara mencuci tangan yang di contohkan oleh mahasiswa, dan dilanjutkan dipraktikan kembali oleh

beberapa siswa siswi, kemudia mahasiswa lanjut mensimulasikan cara menyikat gigi pada phantom.

4. Praktik langsung

Siswa siswi diajak ketempat yang ada kran air, kemudian dicontohkan ulang cara menyikat gigi. Selanjutnya, siswa siswi mempraktikan cara menyikat gigi menggunakan pasta dan sikat gigi yang sudah diberikan sebelumnya, sambil di panduan oleh mahasiswa.

5. Feedback dan Diskusi

Siswa siswi diberikan umpan balik untuk memperbaiki keterampilan menggosok gigi dan mulai konsumsi makanan bergizi.

c. Tahap Evaluasi

Minggu ke 2: Evaluasi oleh mahasiswa dan dosen (Tim Pengabdi)

1. Evaluasi kegiatan

- Menggunakan pre-test dan post-test untuk menilai peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta.

BAB IV

PELAKSANAAN DAN HASIL KEGIATAN

A. Pelaksanaan Kegiatan

1. Tema, Lokasi, Waktu dan Tempat serta Sasaran Kegiatan

Pengabdian kepada masyarakat melalui program “Penyuluhan Personal Hygiene: Jaga Gigi, Kuku Bersih dan Gizi Cukup sejak dini, untuk memberikan edukasi kepada anak-anak tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dan Kesehatan sejak dini, terutama kebersihan gigi dan kuku, serta pemahaman dasar terkait makanan sehat di SD Muhammadiyah Ambarwinangun, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 12 Juni 2025, pukul 08.00 – 09.00 WIB dan tanggal 17 Juni 2025, pukul 08.00-10.00 WIB.

2. Personalia

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan oleh:

Nama	: Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE
Jenis Kelamin	: Laki-laki
NIK	: -
NIDN	: 0511039203
Program Studi	: Ilmu Keperawatan
Bidang Keahlian	: Ilmu Keperawatan

dan berkolaborasi dengan Mahasiswa Sarjana Ilmu Keperawatan FIK UAA dengan anggota sejumlah 7 orang, sebagai berikut:

- ✓ Dita Oktavia 230101632
- ✓ Kania 230102650
- ✓ Imel 230101645
- ✓ Leli Murtofiyah 230101652
- ✓ Lisa Aprila 230101653
- ✓ Marsha Anantha 230101654
- ✓ Maryatul Kiftia 230101655

3. Jadwal Kegiatan

- a. Melaksanakan Pertemuan dengan Kepala SD Muhammadiyah ambarwinangun, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta dalam wadah pertemuan tatap muka. Kegiatan ini merupakan pemaparan mahasiswa dan dosen terkait dengan target yang akan mereka capai pada kegiatan yang dijalani saat ini yaitu praktik Clinical Exposure (CE) 1 oleh mahasiswa sarjana keperawatan dan sebagai salah satu wadah untuk pengabdian pada masyarakat oleh Dosen pembimbing mahasiswa.
- b. Mengidentifikasi Peserta yang diperbolehkan ikut dalam kegiatan dengan meminta ijin kepada kepala sekolah melalui guru kelas.
- c. Mempersiapkan alat dan bahan yang akan dipergunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Alat yang dibawa yaitu;
 - 1) Alat tulis; pensil/ *ballpoint*, kertas formulir demografi, kertas *questioner*
 - 2) Sikat Gigi
 - 3) Power point berisi Materi dan video
 - 4) Microstaise (Pengukur tinggi badan)
 - 5) Timbangan Berat Badan
 - 6) Pita Lila dan Lingkar Perut
 - 7) Phantom Gigi
- d. Melaksanakan kegiatan pertama pada hari jumat tanggal 13 juni 2025, pukul 08.00-09.00 WIB, dengan cara pengisian kuesioner oleh peserta didik kelas 5 SD terkait kebiasaan personal hygiene seperti menyikat gigi, memotong kuku, dan sarapan. Selanjutnya, dilakukan pengukuran tinggi badan, berat badan, lingkar kepala, dan lingkar lengan. Tujuan dari pengkajian dan pengukuran ini adalah untuk mengetahui kondisi awal dan kebiasaan siswa sebelum dilakukan penyuluhan serta status gizi (nilai dituliskan di laporan jurnal pengabmas).
- e. Melaksanakan kegiatan kedua pada hari senin tanggal 17 juni 2025, pukul 08.00-10.00 WIB, kegiatan ini mencakup pemberian

edukasi makanan sehat melalui presentasi dan video, demonstrasi sikat gigi, potong kuku dan cuci tangan yang benar, dilanjutkan dengan praktik langsung oleh siswa, serta evaluasi dilakukan secara langsung saat peserta melakukan praktik, untuk menilai sejauh mana mereka memahami dan mampu menerapkan kebiasaan menjaga kebersihan diri dengan benar.

- f. Penyusunan laporan hasil kegiatan pengabdian pada Masyarakat pada bulan Juli 2025.

B. Hasil Kegiatan

1. Tercapainya Tujuan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tema Penyuluhan Personal Hygiene: Jaga Gigi, Kuku Bersih dan Gizi Cukup sejak dini telah berhasil mencapai tujuan yang telah direncanakan pada program pengabdian kepada Masyarakat dalam upaya promotif berbentuk edukasi dan demonstrasi serta praktik dengan hasil sebagai berikut:

a. Peningkatan Pemahaman peserta

Berdasarkan hasil observasi dan evaluasi, terjadi peningkatan pengetahuan siswa mengenai pentingnya makanan sehat dan kebersihan diri. Edukasi mengenai makanan sehat, praktik menyikat gigi, membersihkan kuku, dan mencuci tangan dilakukan secara demonstratif dan partisipatif, sehingga siswa tidak hanya memahami secara teori tetapi juga mampu mempraktikkan dengan benar. Hal ini dibuktikan melalui hasil tanya jawab sebelum pemberian edukasi kesehatan yaitu masih banyak siswa (90%) yang mengonsumsi makanan manis dan tidak mengetahui perbedaan makanan sehat dan tidak sehat, sebagian (60%) siswa belum mengetahui waktu yang tepat untuk menyikat gigi dan mencuci tangan, sebagian (60%) siswa belum mengetahui langkah mencuci tangan dan sikat gigi yang benar, Sebagian (60%) siswa belum terbiasa memotong kuku secara

rutin. Selanjutnya, diakhir sesi, siswa siswi diminta menjelaskan kembali materi yang sudah disampaikan yaitu siswa dapat mengenali makanan sehat dan menyebutkan contoh makanan yang perlu dibatasi, sebagian besar (70%) siswa mampu menyebutkan waktu yang tepat untuk menyikat gigi dan mencuci tangan, Mayoritas (90%) siswa mampu mempraktikkan langkah mencuci tangan dan sikat gigi dengan urutan yang benar, siswa menunjukkan kesadaran akan pentingnya memotong kuku secara rutin.

b. Keterampilan Praktis

Peningkatan keterampilan praktik siswa siswi terlihat dari kemampuan mereka dalam melakukan kebiasaan hidup bersih dengan urutan dan teknik yang benar setelah kegiatan praktik berlangsung. Selama sesi praktik, siswa siswi mampu menyikat gigi dengan gerakan memutar dan sistematis, mencuci tangan dengan enam langkah sesuai standar WHO, serta memperhatikan kebersihan kuku secara mandiri.

c. Motivasi dan Komitmen Peserta

Kegiatan ini juga berhasil meningkatkan motivasi dan komitmen siswa siswi, baik dari kalangan siswa maupun guru. Para siswa menunjukkan antusiasme tinggi selama sesi berlangsung, sementara guru berperan aktif dalam mendampingi serta menyatakan kesiapan untuk melanjutkan pembiasaan hidup sehat melalui kegiatan sekolah rutin.

d. Terbentuknya Rencana Tindak Lanjut (RTL)

Hasil diskusi bersama pihak sekolah dan guru kelas menghasilkan rencana tindak lanjut, yaitu penguatan budaya hidup bersih melalui program harian seperti “Cek Gigi dan Kuku Bersih Setiap Senin”.

e. Dukungan Komunitas dan Pemangku Kepentingan

Dukungan komunitas dan pemangku kepentingan belum bisa terwujud, dikarenakan keterbatasan waktu dan beberapa kendala teknis.

f. Evaluasi Keberhasilan kegiatan

Berdasarkan hasil evaluasi paska kegiatan melalui diskusi tanya jawab dengan beberapa siswa-siswa, ditemukan bahwa sebagian besar siswa mengalami peningkatan pemahaman dan keterampilan dalam praktik hidup sehat. Guru kelas menyampaikan bahwa siswa menjadi paham terhadap kebersihan diri dan mulai membiasakan perilaku sehat di lingkungan sekolah.

2. Tercapainya Sasaran

Kegiatan pengabdian ini berhasil menjangkau sasaran utama, yaitu siswa SD Muhammadiyah Ambarbinangun, telah tercapai sepenuhnya sebanyak 22 siswa siswi. Seluruh siswa dari kelas V terlibat aktif dalam setiap sesi kegiatan, dengan keterlibatan guru kelas sebagai fasilitator utama. Hal ini menunjukkan tercapainya target jumlah dan karakteristik peserta sesuai perencanaan.

3. Tercapainya Target

Dengan telah dilaksanakan pengabdian kepada Masyarakat dalam bentuk edukasi kesehatan dan demonstrasi atau praktik sebagai bagian dari Tri Dharma Perguruan Tinggi, dari target yang telah ditentukan dalam pelatihan ini tercapai dengan hasil berikut:

a. Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan

Secara umum, kegiatan ini telah mencapai target peningkatan pengetahuan dan keterampilan praktik peserta, serta menghasilkan rencana tindak lanjut berbasis sekolah.

b. Rencana Tindak Lanjut

Guru kelas dan kepala sekolah menyampaikan komitmennya untuk menjadikan program ini sebagai bagian dari

pembiasaan hidup bersih sehat yang terintegrasi dalam kegiatan belajar mengajar dan budaya sekolah.

4. Tercapainya Manfaat

a. Manfaat bagi Peserta

Dari sisi manfaat, kegiatan pengabdian ini memberikan dampak positif langsung bagi peserta, terutama dalam bentuk peningkatan kesadaran, pengetahuan, dan keterampilan dalam memilih makanan sehat dan kebersihan diri.

b. Manfaat bagi Pihak sekolah

Bagi pihak sekolah, kegiatan pengabdian ini memberikan kontribusi nyata dalam upaya pencegahan masalah gizi dan higiene di lingkungan sekolah dasar. Keberhasilan ini diukur dari tercapainya seluruh indikator kegiatan, partisipasi aktif peserta, serta dampak positif yang dirasakan langsung oleh siswa dan sekolah.

C. Rincian Penggunaan Biaya Kegiatan

No	Uraian	Jumlah	Harga Satuan	Total
1	Form Kuesioner	25 Bundel	Rp 2.000	Rp 50.000
2	Bolpoint	20 buah	Rp 1.500	Rp 30.000
3	Sikat Gigi	26 pcs	Rp 2.000	Rp 52.000
4	Microstaise (Pengukur tinggi badan)	1 buah	Rp 50.000	RP 50.000
5	Timbangan Berat Badan	1 Buah	Rp 50.000	Rp 50.000
6	Pita Lila dan Lingkar Perut	1 Buah	Rp 5.000	Rp 5.000
7	Susu	22 pcs	Rp 5.000	Rp 110.000
8	Buah Potong	22 potong	Rp 4.000	Rp 88.000
9	BBM	6 Motor	Rp 10.000	Rp 60.000
10	Cup Buah	25 Pcs	Rp 1.000	Rp 25.000
11	Poster	1 Lembar	Rp 10.000	Rp 10.000
TOTAL BIAYA				Rp 530.000

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil pengkajian awal dan observasi praktik, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan kesehatan ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa siswi dalam menjaga kebersihan diri.

Kegiatan berjalan dengan baik dan peserta menunjukkan antusiasme tinggi saat praktik. Metode pendekatan yang menyenangkan terbukti efektif untuk meningkatkan pemahaman siswa sekolah dasar tentang personal hygiene.

B. Saran

Sebagai bentuk evaluasi dan acuan untuk pelaksanaan kegiatan serupa di masa mendatang, berikut beberapa saran yang diharapkan dapat meningkatkan efektivitas serta keberlanjutan program penyuluhan:

1. Meningkatkan keterlibatan peserta

Mendorong partisipasi aktif siswa melalui lebih banyak sesi tanya jawab serta kegiatan praktik yang melibatkan seluruh peserta secara langsung.

2. Pemanfaatan Media Edukasi yang Lebih Variatif

Mempertahankan dan mengembangkan media edukasi visual seperti video pendek, poster dan alat bantu tambahan yang telah digunakan, serta permainan edukatif untuk memperkuat pemahaman siswa terhadap materi.

3. Monitoring pasca kegiatan

Melakukan pemantauan sederhana melalui guru kelas atau wali siswa untuk melihat apakah anak-anak sudah mulai menerapkan kebiasaan menjaga kebersihan diri dalam keseharian.

4. Pelaksanaan Berkelanjutan

Menjadwalkan penyuluhan serupa sebagai kegiatan rutin sekolah agar pemahaman tentang personal hygiene dapat ditanamkan secara konsisten dan berulang.

5. Kerja Sama dengan Pihak Sekolah dan Layanan Kesehatan

Berkolaborasi dengan guru, UKS, atau puskesmas dalam pelaksanaan dan pemantauan kegiatan agar edukasi kebersihan diri dapat terus berlanjut di luar waktu penyuluhan.

REFERENSI

1. Bhattacharyya H, Medhi G, Pala S, Sarkar A, Lynrah W, Kharmujai O. Nutritional status and personal hygiene practices of primary school children: A cross-sectional study from Meghalaya, India. *J Fam Med Prim Care* [Internet]. 2020 [cited 2025 Jun 28];9(11):5506. Available from: https://journals.lww.com/jfmpc/Fulltext/2020/09110/Nutritional_status_and_personal_hygiene_practices.16.aspx
2. Haque MM. Nutritional Status and Hygiene Practices of Primary School Children. *J Nutr Health Food Eng* [Internet]. 2014 May 12 [cited 2025 Jun 28];1(1):36–40. Available from: <https://medcraveonline.com/JNHFE/nutritional-status-and-hygiene-practices-of-primary-school-children.html>
3. Salsabilah K, Loetfia Dwi Rahariyani, Dony Sulystiono. Description of Nutritional Status Children of Primary School Age at Al-Chusnaini Islamic Elementary School Klosepuluh Sub-District Sukodono District. *Glob Ten Public Health Nurs J* [Internet]. 2024 Aug 30 [cited 2025 Jun 28];1(3):1–8. Available from: <https://gtphnj.poltekkes-surabaya.ac.id/index.php/gtphnj/article/view/25>
4. Fankam Yamgai P, Pouokam GB, Saha Foudjo BU, Mazzanti F, Sando JT, Samuel C, et al. Combined education course on nutrition, hand-washing and dental care in primary schools in Yaoundé, Cameroon. *J Glob Health Rep* [Internet]. 2022 May 11 [cited 2025 Jun 28];6. Available from: https://www.researchgate.net/publication/360069639_Combined_education_course_on_nutrition_hand-washing_and_dental_care_in_primary_schools_in_Yaounde_Cameroon_Journal_of_Global_Health_Reports
5. United Nations Children's Fund (UNICEF), World Health Organization, International Bank for Reconstruction and Development/The World Bank, editors. Levels and trends in child malnutrition: UNICEF/WHO/World Bank Group joint child malnutrition estimates: key findings of the 2023 edition [Internet]. World Health Organization; 2023 [cited 2025 Jun 28]. 32 p. Available from: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240073791>
6. Unicef Indonesia. Laporan Tahunan 2024 UNICEF Indonesia | Masa Depan yang Bebas dari Masalah Gizi [Internet]. UNICEF Indonesia; 2025 [cited 2025 Jun 28]. Available from: <https://www.unicef.org/indonesia/id/laporan/laporan-tahunan-2024-unicef-indonesia>
7. Heni H, Idaningsih A, Wianti A, Setyawati A. Identification of Sanitation and Hygiene Risk Factors on the Incidence of Stunting in Indonesia: A Scoping Review. *Multidiscience J Multidiscip Sci* [Internet]. 2025 Jan 1 [cited 2025 Jun 28];2(1):94–109. Available from: <https://journals.stratapersada.com/index.php/multidiscience/article/view/302>
8. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Buku Saku Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022 [Internet]. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2022

- [cited 2025 Jun 28]. Available from: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/4855/>
9. Kementerian Kesehatan RI. Gerakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Data Riset Kesehatan Dasar [Internet]. [cited 2025 Jun 28]. Available from: <https://ayosehat.kemkes.go.id/gerakan-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-dalam-data-riset-kesehatan-dasar>
 10. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan -. Laporan Nasional Riskesdas 2018-Perilaku Penyakit Gigi [Internet]. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan; 2020 [cited 2025 Jun 28]. 628 p. Available from: <https://repository.badankebijakan.kemkes.go.id/id/eprint/3514/>
 11. Sari AM, Yuliawan D, Dewi MA, Hartanti AB, Admadja AP, Pratama AJ, et al. Teeth Brushing Habits as a form of “BERAKSI SEHATI” Implementation in Kindergarten and Elementary School Children. *J Community Clin Prof Health* [Internet]. 2024 Sep 6 [cited 2024 Nov 8];1(1):08–14. Available from: <https://journal.jccph.org/jccph/article/view/4>
 12. Widyaningrum R, Parisudha A, Setiawan YW, Jawardi N, Faras NHN. Pemantauan status gizi balita di Kota Yogyakarta: metode pelaksanaan, tantangan, dan persepsi ibu balita tentang posyandu selama pandemi COVID-19. *J Gizi Klin Indones* [Internet]. 2022 Jul 30 [cited 2025 Jun 28];19(1):39. Available from: <https://jurnal.ugm.ac.id/jgki/article/view/71703>
 13. Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul. Profil Kesehatan Bantul 2024 [Internet]. Bantul: Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul; 2025 [cited 2025 Jun 28]. Available from: <https://dinkes.bantulkab.go.id>
 14. Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta. Profil Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2022 [Internet]. Yogyakarta: Dinas Kesehatan DIY; 2023 [cited 2025 Jun 28]. Available from: <https://dinkes.jogjaprovo.go.id/download/1?page=2&per-page=10>
 15. Khushnuma, Jauhar Azeem, Huma Naqeeb, Zarafshan Zeb, Najma Mehboob, Bilal, et al. A Review on the Influence of Nutritional Status on Cognition Performance of School Going Children. *Indus J Biosci Res* [Internet]. 2025 Jan 31 [cited 2025 Jun 29];3(1):136–51. Available from: <https://induspublishers.com/IJBR/article/view/445>
 16. Dewi Pangestuti, Surya Akbar, Mayang Sari Ayu. The Influence of Nutritional Status on Cognitive Development Pre-School Age Children. *MORFAI J* [Internet]. 2023 Apr 14 [cited 2025 Jun 29];3(1):98–103. Available from: <https://radjapublika.com/index.php/MORFAI/article/view/812>
 17. Ferreira HDS. Anthropometric assessment of children’s nutritional status: a new approach based on an adaptation of Waterlow’s classification. *BMC Pediatr* [Internet]. 2020 Dec [cited 2025 Jun 29];20(1):65. Available from: <https://bmcpediatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12887-020-1940-6>
 18. Kumar A, Venkat Gopal K, Prince K, Srilakshmi P, Prathana S, Manita G. A Study on the Assessment of Nutritional Status among Children Using Anthropometric Measurements. *J Clin Pharm Res* [Internet]. 2022 Jan 31 [cited

- 2025 Jun 29];11–3. Available from: <https://jcpr.in/index.php/journal/article/view/50>
19. Andromeda A, Rafshanzany ML, Buntoro JD. Association Between Personal Hygiene and Nutritional Status in School-Age Children. *Mutiara Med J Kedokt Dan Kesehat* [Internet]. 2023 Jul 11 [cited 2025 Jun 28];23(2):70–7. Available from: <https://journal.umy.ac.id/index.php/mm/article/view/17848>
 20. Shrestha A, Schindler C, Odermatt P, Gerold J, Erismann S, Sharma S, et al. Nutritional and health status of children 15 months after integrated school garden, nutrition, and water, sanitation and hygiene interventions: a cluster-randomised controlled trial in Nepal. *BMC Public Health* [Internet]. 2020 Dec [cited 2025 Jun 28];20(1):158. Available from: <https://bmcpublikealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-8027-z>
 21. Dewi MA, Yuliawan D, Sari AM, Hartanti AB, Admadja AP, Pratama AJ, et al. Implementation of the Healthy Habit “BERAKSI SEHATI” Program in Groups of Kindergarten and Elementary School Children in Fulfilling Aspects of a Clean and Healthy Lifestyle at School. *J Community Clin Prof Health* [Internet]. 2024 Sep 6 [cited 2024 Nov 8];1(1):01–7. Available from: <https://journal.jccph.org/jccph/article/view/3>
 22. Buyco NG, Dorado JB, Azaña GP, Viajar RV, Aguila DV, Capanzana MV. Do school-based nutrition interventions improve the eating behavior of school-age children? *Nutr Res Pract* [Internet]. 2022 [cited 2025 Jun 28];16(2):217. Available from: <https://e-nrp.org/DOIx.php?id=10.4162/nrp.2022.16.2.217>
 23. Sari FN, Ping MF, Taufiqurrahman Muh. Educational Game Guess the Picture of Balanced Nutrition in Groups of Elementary School Children: Health Education. *Salus Publica J Community Serv* [Internet]. 2023 Aug 29 [cited 2025 Jun 28];1(2):58–62. Available from: <https://journal.mediadigitalpublikasi.com/index.php/saluspublica/article/view/170>
 24. Wardhono A, Qori’ah CG, Nasir MAbd, Prakoso B, Salsabila AS, Nariswari S, et al. Pengayaan Wawasan Siswa Mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Selolembu Kabupaten Bondowoso. *AJAD J Pengabd Kpd Masy* [Internet]. 2025 Apr 10 [cited 2025 Jun 28];5(1):188–95. Available from: <http://journal.msti-indonesia.com/index.php/ajad/article/view/489>

LAMPIRAN DOKUMENTASI KEGIATAN





LAMPIRAN MATERI KEGIATAN

SATUAN ACARA PENYULUHAN

EDUKASI PERILAKU SEHAT

Pokok Bahasan	: Edukasi Makanan Sehat dan Perilaku Sehat
Sub Pokok Bahasan	: 1. Pengertian makanan sehat dan tidak sehat bagi tubuh 2. Pentingnya menjaga kebersihan gigi 3. Cara merawat kuku yang benar 4. Cara merapikan kuku yang benar 5. Cara menyikat gigi, merapikan kuku, dan mencuci tangan yang benar
Sasaran	: Anak Sekolah
Target	: Siswa siswa kelas 5
Hari/tanggal	: 13 dan 17 Juni 2025
Waktu	: 50 menit dan 120 menit
Tempat	: SD Muhammadiyah Ambarwinangun

A. LATAR BELAKANG

Personal hygiene atau kebersihan diri merupakan upaya individu dalam menjaga dan merawat kebersihan tubuh untuk memelihara kesehatan serta mencegah penyakit (9). Anak usia Sekolah Dasar merupakan kelompok usia yang sedang berada dalam masa pertumbuhan dan pembentukan kebiasaan hidup (4). Oleh karena itu, penting untuk mengenalkan dan menanamkan pemahaman mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak dini (6,8,10,13,14).

Salah satu aspek penting dalam PHBS adalah perawatan gigi, kuku dan pemahaman tentang gizi seimbang (9). Kurangnya pengetahuan anak-anak mengenai cara menyikat gigi yang benar, pentingnya memotong kuku secara rutin, serta kebiasaan mengonsumsi makanan yang tidak sehat dapat menjadi penyebab timbulnya berbagai gangguan kesehatan (10).

Masalah kesehatan gigi dan mulut seperti gigi berlubang (karies) sering terjadi pada anak sekolah akibat kurangnya kebersihan gigi dan konsumsi

makanan manis secara berlebihan (13). Begitu pula kuku yang tidak terawat dapat menjadi tempat bersarangnya kotoran dan kuman, yang meningkatkan resiko infeksi maupun penyakit cacangan. Selain itu, pola makan yang tidak seimbang juga dapat mempengaruhi status gizi anak yang akan berdampak pada daya tahan tubuh dan konsentrasi belajar.

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi karies gigi pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia mencapai 66,3% (9). Sementara itu, masalah gizi pada anak usia sekolah seperti kurang energi kronik, gizi lebih atau obesitas masih menjadi perhatian karena dapat berdampak jangka panjang terhadap kesehatan anak (1,2).

Dengan memberikan edukasi personal hygiene melalui penyuluhan dan demonstrasi secara langsung, diharapkan anak-anak dapat memahami pentingnya menjaga kebersihan diri serta mampu mempraktikannya dalam kehidupan sehari-hari.

Melalui kegiatan edukasi mengenai cara menyikat gigi yang benar, memotong kuku, mencuci tangan yang benar serta pemilihan makanan sehat, siswa diharapkan dapat mengubah perilaku menjadi lebih sehat dan mandiri dalam menjaga kebersihan tubuh mereka. Oleh karena itu, kegiatan ini menjadi langkah preventif yang penting dalam mendukung program PHBS di lingkungan sekolah.

B. TUJUAN

1. Umum

Setelah dilakukan edukasi kesehatan pada anak sekolah mampu mengetahui dan memahami mengenai makanan yang sehat, dan perilaku hidup bersih.

2. Khusus

Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, anak sekolah diharapkan dapat menjelaskan dan mampu melakukan tentang:

- a. Pentingnya menjaga kebersihan gigi
- b. Cara merawat kuku dan tangan dengan benar
- c. Makanan sehat dan tidak sehat bagi tubuh

- d. Cara menyikat gigi, memotong kuku dan mencuci tangan yang benar

C. METODE

1. Diskusi
2. Demonstrasi
3. Tanya Jawab

D. MEDIA

1. PowerPoint
2. Microtoise (Pengukur TB)
3. Timbangan Berat Badan
4. Pita Lila dan Lingkar perut
5. Kuesioner
6. Sikat gigi

E. MATERI

Terlampir

F. KEGIATAN PENYULUHAN

No	Kegiatan Penyuluhan	Waktu	Kegiatan Peserta
1	Pendahuluan - o Memberikan salam - o Memberikan pertanyaan apersepsi - o Mengkomunikasikan pokok bahasan - o Mengkomunikasikan tujuan	10 menit	Menjawab salam Mendengarkan Mendengarkan Mendengarkan Pretest
2	Kegiatan inti - o Menjelaskan tentang pengertian makanan yang sehat - o Menjelaskan pentingnya menjaga kebersihan gigi - o Menjelaskan pentingnya merawat kuku dengan benar - o Mendemonstrasikan langsung cara menyikat gigi, merapikan kuku, mencuci tangan yang benar	100 menit	Memperhatikan Mendengarkan Bertanya Mempraktikkan Memperhatikan
3	Penutup	10	

○ Menyimpulkan materi penyuluhan bersama peserta ○ Memberikan evaluasi ○ Memberikan salam penutup	menit	Memperhatikan Mendengarkan Posttest Menjawab
Total Waktu	120 menit	

G. PENGORGANISASIAN

1. Koordinator : Deny
2. Presentator : Maryatul Kiftia
3. Pemateri : Marsha Anantha & Lisa Aprilia
4. Fasilitator : Dita Oktavia
5. Demonstrator : Leli Murtofiah & Imel
6. Dokumentasi : Kania

H. EVALUASI

1. Evaluasi struktur
 - a. Tersedianya materi tentang makanan yang sehat dan perilaku hidup bersih
 - b. Persiapan alat sudah tersedia sebelum kegiatan dimulai
 - c. Permohonan izin sudah dilakukan sebelum kegiatan berlangsung
 - d. Peserta mengatakan bersedia mengikuti penyuluhan

2. Evaluasi proses

Penyuluhan kesehatan dengan metode video edukatif, ceramah interaktif dan demonstrasi langsung oleh tim mahasiswa dan dosen pembimbing, diikuti oleh 22 siswa siswi. Peserta diberi penjelasan tentang:

- a. Sebagian kecil peserta mengetahui waktu dan cara mencuci tangan, menyikat gigi serta memotong kuku yang benar.
- b. Masih banyak siswa yang mengonsumsi makanan manis dan tidak mengetahui perbedaan makanan sehat dan tidak sehat
- c. Sebagian siswa belum mengetahui langkah mencuci tangan dan sikat gigi yang benar.

Setelah demonstrasi, peserta melakukan praktik langsung didampingi tim. Penilaian dilakukan berdasarkan pengamatan saat praktik, mencakup langkah langkah yang dilakukan dan respons siswa saat diarahkan.

3. Evaluasi hasil
 - a. Sebagian besar siswa mampu menyebutkan waktu yang tepat untuk menyikat gigi dan mencuci tangan.
 - b. Mayoritas siswa mampu mempraktikkan langkah mencuci tangan dan sikat gigi dengan urutan yang benar.
 - c. Siswa menunjukkan kesadaran akan pentingnya memotong kuku secara rutin.
 - d. Siswa dapat mengenali makanan sehat dan menyebutkan contoh makanan yang perlu dibatasi

I. LAMPIRAN MATERI

Materi penyuluhan disampaikan dengan bahasa yang ringan, visual menarik, dan interaktif agar mudah dipahami oleh anak-anak kelas 5 SD. Penyuluhan difokuskan pada pentingnya menjaga kebersihan diri sehari-hari untuk mencegah penyakit dan menjaga kesehatan tubuh secara keseluruhan.

Materi Inti yang Disampaikan antara lain:

1. Pengertian Personal Hygiene
 - Definisi dan ruang lingkup kebersihan diri
 - Contoh kebiasaan menjaga kebersihan diri sehari-hari
2. Cuci Tangan
 - Kapan harus mencuci tangan (sebelum makan, setelah dari toilet, setelah bermain, dll)
 - Langkah mencuci tangan yang benar (6 langkah sesuai WHO)
3. Sikat Gigi
 - Waktu yang tepat untuk menyikat gigi (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur)
 - Cara menyikat gigi yang benar dan alat yang digunakan
4. Perawatan Kuku
 - Pentingnya memotong kuku secara rutin
 - Dampak kuku panjang dan kotor terhadap kesehatan
5. Makanan Sehat dan Tidak Sehat
 - Contoh makanan bergizi yang baik untuk tubuh
 - Contoh makanan yang perlu dibatasi seperti permen, ciki dan makanan cepat saji



SURAT TUGAS

Nomor : 007b/A/ST/Fikes/II/2025

Yang bertandatangan dibawah ini

Nama : Dr. Yhona Paratmanitya S.Gz.,MPH.,RD

NIK : 1200710038

Jabatan : Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan

Dengan ini menugaskan kepada dosen-dosen di lingkungan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Alma Ata, untuk melaksanakan kegiatan Pendidikan, penelitian, pengabdian kepada Masyarakat, dan penunjang pada tahun ajaran 2024/2025 Genap Adapun kegiatan-kegiatan yang dilakukan tersebut, harus sesuai dengan peraturan, pedoman, dan norma yang berlaku di Universitas Alma Ata

Demikian surat tugas ini dibuat untuk dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta 06 Februari 2025
Dekan Fakultas Ilmu-ilmu kesehatan
Universitas Alma Ata Yogyakarta



Dr. Yhona Paratmanitya S.Gz.,MPH.,RD



SURAT TUGAS

Nomor: 021a/A/ST/LP2M/AA/VI/2025

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Dr. apt. Daru Estiningsih., M.Sc.
Jabatan : Kepala LPPM Universitas Alma Ata

Dengan ini memberikan tugas kepada:

Nama	Jabatan
1. Ns. Deny Yuliawan, S.Kep., MHPE.	: Dosen S1 Keperawatan
2. Dita Oktavia 230101632	: Mahasiswa S1 Keperawatan
3. Kania 230102650	: Mahasiswa S1 Keperawatan
4. Imel 230101645	: Mahasiswa S1 Keperawatan
5. Leli Murtofia 230101652	: Mahasiswa S1 Keperawatan
6. Lisa Aprila 230101653	: Mahasiswa S1 Keperawatan
7. Marsha Anantha 230101654	: Mahasiswa S1 Keperawatan
8. Maryatul Kiftia 230101655	: Mahasiswa S1 Keperawatan

Untuk dapat melakukan Pengabdian Masyarakat yang berjudul **"Implementasi Pemeriksaan Antropometri dan Edukasi Perilaku Sehat sebagai Upaya Pencegahan Masalah Gizi dan Higiene di SD Muhammadiyah Ambarbinangun, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta"** yang dilaksanakan pada:

Hari/tanggal : Jumat, 13 Juni 2025 & Senin, 17 Juni 2025
Waktu : Pukul 08.00 WIB s.d selesai
Tempat : SD Muhammadiyah Ambarbinangun Bantul

Demikian surat tugas ini diberikan untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 11 Juni 2025

Hormat kami,

Kepala LPPM Universitas Alma Ata



Dr. apt. Daru Estiningsih, M.Sc.