

PENGEMBANGAN POTENSI DAN KESEJAHTERAAN WARGA DESA TEGAL MELALUI PENINGKATAN KUALITAS KESEHATAN DAN LINGKUNGAN

Dra. Lintang Patria, M.Kom

Universitas Terbuka

Email: lintang@ecampus.ut.ac.id

ABSTRAK

Keywords:

Salah satu Tri Darma Perguruan Tinggi adalah melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, perguruan tinggi secara langsung berpartisipasi dalam meningkatkan kualitas masyarakat. Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Terbuka berperan aktif dalam meningkatkan kualitas masyarakat dengan melakukan kegiatan penyuluhan dalam bidang kesehatan dan lingkungan di desa Tegal, Kecamatan Kemang, Kabupaten Bogor. Desa ini dipilih karena lokasinya tidak jauh dari Universitas Terbuka, dan desa ini memerlukan bantuan untuk meningkatkan kualitas kesejahterannya. Pada tahun 2021, FST UT melaksanakan berbagai kegiatan peningkatan kualitas kesehatan di SD Tegal III dan di sebuah kegiatan kemasyarakatan. Kegiatan tersebut adalah penyuluhan Covid19, penyuluhan kesehatan gigi dan mulut, revitalisasi kantin dan penyuluhan majalah dinding. Kegiatan telah berjalan dengan baik dan mitra merasa terbantu dengan kegiatan ini.

A. PENDAHULUAN

WHO (World Health Organization atau Badan Kesehatan Dunia) secara resmi mendeklarasikan virus corona (COVID-19) sebagai pandemi pada tanggal 9 Maret 2020. Artinya, virus corona telah menyebar secara luas di dunia. Istilah pandemi terkesan menakutkan tapi sebenarnya itu tidak ada kaitannya dengan keganasan penyakit tapi lebih pada penyebarannya yang meluas. Ingat, pada umumnya virus corona menyebabkan gejala yang ringan atau sedang, seperti demam dan batuk, dan kebanyakan bisa sembuh dalam beberapa minggu. **Pandemi Covid-19 di Indonesia** merupakan bagian dari pandemi penyakit koronavirus 2019 (Covid-19) yang sedang berlangsung di seluruh dunia. Penyakit ini disebabkan oleh koronavirus sindrom pernapasan akut berat 2 (SARS-CoV-2). Kasus positif Covid-19 di Indonesia pertama kali dideteksi pada tanggal 2 Maret 2020, ketika dua orang terkonfirmasi tertular dari seorang warga negara Jepang.^{[2][3]} Pada tanggal 9 April, pandemi sudah menyebar ke 34 provinsi dengan DKI Jakarta, Jawa Barat dan sebagai provinsi

paling terpapar SARS-CoV-2 di Indonesia. Untuk membantu masyarakat dalam memahami pandemic ini, tim PKM UT. merencanakan untuk melaksanakan penyuluhan tentang pandemi ini ke masyarakat secara umum.

Pendidikan kesehatan, khususnya bagi peserta didik di tingkat sekolah dasar (SD) diarahkan untuk membina agar memiliki sikap dan perilaku hidup bersih, sehat, bugar dan berdisiplin. Disamping itu pendidikan kesehatan juga bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan peserta didik baik jasmaniah maupun rohaniah melalui pemahaman dan pengalaman gaya hidup sehat bagi peserta didik. Dengan demikian diharapkan anak tumbuh dan berkembang secara wajar dalam aspek jasmani, mental, sosial dan emosionalnya. Siswa sekolah dasar (SD) merupakan aset bangsa di masa depan. Oleh karena itu perlu dipersiapkan berbagai kebutuhan yang menunjang seperti kebersihan diri, pemenuhan zat gizi berimbang, pengetahuan, keterampilan, dan daya kreatifitas. Pemeliharaan kebersihan yang optimal akan terwujud apabila sejak kecil kepada anak sudah ditanamkan sikap hidup bersih dan contoh dari orang-orang yang berada disekitarnya. Karena itu setiap orang harus selalu berupaya memelihara dan meningkatkan taraf kebersihan diri sendiri dengan membiasakan hidup bersih dan sehat disamping mencegah penyakit. Agar kesehatan diri sendiri selalu terpelihara dengan baik, maka kebersihan mulut, gigi, kulit, kuku, rambut, mata, hidung, telinga, dan pakaian harus selalu terjaga.

Sebagian besar siswa tidak membawa bekal (kudapan/jajanan) dari rumah melainkan membeli di kantin sekolah atau penjual jajanan disekitar sekolah. Ragam jajanan anak sekolah ini tentu berpengaruh terhadap kondisi kesehatan anak sekolah itu sendiri. Ragam jajanan anak sekolah berpengaruh terhadap pemenuhan energi anak, kadar hemoglobin darah, dan secara keseluruhan performa anak dalam mengikuti proses pembelajaran di sekolah. Jajanan anak sekolah yang kurang sehat dapat menjadi penyebab awal anemia dan penyakit-penyakit lain. Pemberian/penyediaan jajanan/kudapan anak sekolah dimaksudkan sebagai sumber energi bagi anak di antara waktu makan pagi dan makan siang bagi anak yang bersekolah pagi, atau antara waktu makan siang dan sore bagi anak yang bersekolah siang. Jajanan/kudapan anak sekolah sebaiknya terbuat dari bahan-bahan alami, segar dan tidak atau minim menggunakan bahan tambahan makanan (BTM). Akan lebih baik lagi jika jajanan/kudapan anak sekolah dibuat oleh orangtua dari rumah sehingga terjamin kebersihan, keamanan, dan kandungan gizinya.

Salah satu cara untuk bisa mendorong meningkatnya ketertarikan anak-anak SD terhadap dunia literasi adalah dengan memberikan tempat untuk mengekspresikan diri melalui mading alias majalah dinding. Pengembangan mading bisa menggunakan berbagai macam alat seperti karton, styrofoam,

atau papan tripleks yang kemudian dapat dibingkai dalam frame kaca dan ditempatkan di sekolah.

Mading memiliki banyak manfaat, selain untuk memberi informasi, mading pun dapat meningkatkan minat baca-tulis. Saat menyusun mading, anak-anak akan dilatih untuk menulis dan menggambar atau membuat karya seni yang bisa ditampilkan.

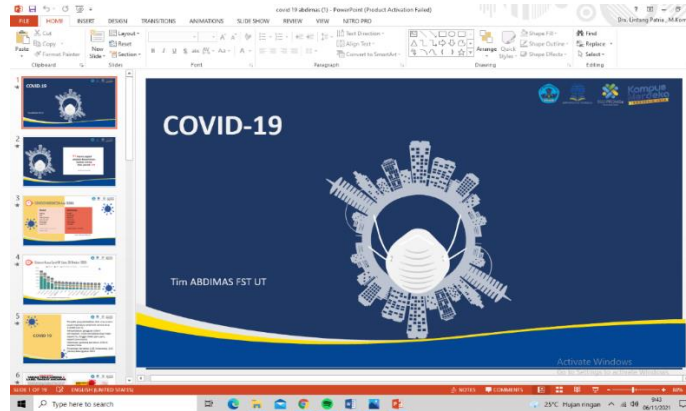
B. METODE PELAKSANAAN

Rangkaian kegiatan PkM yang dilakukan di Desa Tegal, Kabupaten Bogor dilakukan secara bertahap dan terdiri dari empat kegiatan utama. Keempat kegiatan ini diajukan berdasarkan hasil observasi lapangan tim PkM ke Desa Tegal, sehingga dapat diidentifikasi kebutuhan dari masyarakat / stakeholder di desa tersebut. 4 kegiatan tersebut adalah penyuluhan tentang Covid 19, penyuluhan kebersihan gigi dan mulut, revitalisasi kantin dan penyuluhan tentang majalah dinding. Kegiatan penyuluhan Covid 19 dilakukan dengan melibatkan Pengajian RW 01 ibu-ibu di Desa Tegal, Kabupaten Bogor. Hal tersebut dilakukan dengan pertimbangan bahwa pandemic Covid 19 sangat berpengaruh dalam kehidupan masyarakat, sehingga masyarakat harus mendapatkan penyuluhan dengan benar sehingga masyarakat dapat melakukan segala kegiatan dengan memperhatikan protokol kesehatan. Lebih lanjut, kegiatan PkM lainnya yakni penyuluhan mengenai Kesehatan gigi dan mulut, revitalisasi kantin dan pengembangan mading dilakukan dengan bekerjasama dengan SDN Tegal Jaya 03. Hal ini didasarkan pentingnya para siswa sekolah dasar memiliki pengetahuan mengenai materi sejak dini. Materi mengenai Covid 19, kesehatan gigi dan mulut serta pengembangan mading disampaikan melalui kegiatan penyuluhan dan pendampingan, sementara revitalisasi kantin dilakukan dengan cara merehabilitasi fasilitas kantin di SDN Tegal Jaya 03 sehingga dapat menjadi kantin dengan kualitas standar kebersihan dan kesehatan yang lebih baik bagi para siswa SD.

1. Penyuluhan covid 19 di pengajian

Sebagai partisipasi FST UT dalam menangani pandemi Covid 19, maka salah satu kegiatan PkM ini adalah memberikan penyuluhan tentang Covid 19. Penyuluhan diberikan oleh Dosen UT yang berlatar belakang kesehatan. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan presentasi sesuai dengan topik yang saat ini menjadi perhatian masyarakat.

Gambar 1.
Bahan materi presentasi



Kegiatan dilakukan di rumah Ibu Etim, dan juga dihadiri oleh ustad di lingkungan tersebut.

Gambar 2.

Suasana saat pengajian

Narasumber sedang memberikan presentasi



2. Penyuluhan tentang kesehatan gigi dan mulut

Penyuluhan tentang kesehatan terhadap siswa SDN Tegal Jaya 03 bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya menjaga kebersihan badan, termasuk diantaranya gigi dan mulut. Seiring dengan kondisi Pandemi Covid - 19 yang melanda Indonesia, maka informasi dan praktik menjaga kebersihan tangan juga menjadi sangat penting untuk diberikan kepada para siswa. Hal ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada para siswa mengenai penularan virus yang bisa terjadi melalui tangan yang tidak bersih.

Penyuluhan mengenai kesehatan gigi dan mulut serta praktik mencuci tangan dengan benar dilakukan pada hari Senin, 20 September 2021 bertempat di SDN Tegal Jaya 03, Kabupaten Bogor. Kegiatan ini dilakukan di sekolah dengan jumlah peserta merupakan perwakilan siswa kelas 1, 2 dan 3 SDN Tegal Jaya. Kegiatan penyuluhan Kesehatan gigi, mulut dan

tangan terdiri dari persiapan, pelaksanaan penyuluhan, serta kegiatan monitoring dan evaluasi.

Setelah tiba di lokasi, tim disambut oleh kepala sekolah dan para guru. Kepala sekolah memberikan informasi tentang sekilas kondisi SD Tegal 03. Tim PkM FST UT bekerja sama dengan para guru di SDN Tegal berupaya untuk bisa menjaga situasi agar tetap kondif di tengah situasi pandemi. Siswa telah menggunakan masker dan tetap memperhatikan protokol kesehatan selama acara berlangsung. Kegiatan penyuluhan mengenai Kesehatan gigi dan mulut, serta kebersihan tangan dilakukan di ruang terbuka untuk meminimalisir kondisi kelas yang terlalu padat. Kerjasama yang baik antara Tim PkM dengan guru SDN Tegal 03 membuat acara dapat dilalui dengan tertib dan menyenangkan.

Penyuluhan mengenai kebersihan gigi, mulut dan tangan dilakukan di luar ruang kelas. Dosen yang bertugas memberikan penjelasan mengenai pentingnya menjaga kebersihan tubuh, dalam hal ini gigi dan mulut, serta tangan. Para siswa diajak untuk memahami efek baik dari merawat kesehatan gigi dan mulut. Hal ini diharapkan akan dapat memberikan pemahaman kepada para siswa mengenai alasan mengapa mereka harus menyikat gigi. Materi yang diberikan salah satunya berisi tentang bagaimana cara menyikat gigi yang benar dan cara cuci tangan yang baik. Kegiatan ini disampaikan oleh Ibu Heny Kurniawati, S.ST., M.Kes dan tim dari PkM FST UT. Narasumber menjelaskan bagaimana cuci tangan yang baik dalam 6 langkah dan penjelasan mengenai cara sikat gigi. Penyuluhannya sikat gigi terdiri dari 3 pokok bahasan yaitu:

- Pentingnya sikat gigi
- Frekuensi dan cara memilih sikat gigi
- Cara sikat gigi yang benar

Materi disampaikan dengan cara yang interaktif dan menyenangkan, melalui nyanyian, tarian dan juga pertanyaan – pertanyaan yang memancing keaktifan dan interaksi siswa. Diawali dengan tepuk anak berbakti untuk membangkitkan semangat murid-murid kemudian dilanjutkan dengan senam poki-poki agar anak-anak merasa bersemangat sebelum dimulai penyuluhannya. Penyuluhan juga diberikan dengan dibantu peragaan sehingga diharapkan dapat semakin meningkatkan pemahaman siswa.

Gambar 4.

Penyampaian materi tentang Kesehatan gigi dan mulut serta kebersihan tangan



3. Revitalisasi kantin sdn tegal 03

Kegiatan revitalisasi kantin diwujudkan dengan membangun kantin sehat. Bahan bangunan kantin sehat ini menggunakan dana PKM dari UT, sedangkan tenaga kerja menjadi tanggung jawab mitra yaitu SDN Tegal 03. Harapan dari kegiatan ini adalah siswa SD Tegal 03 mempunyai kantin sehat yang nantinya akan membuat para siswa dapat mengikuti pelajaran dengan baik karena mempunyai kantin yang sehat dan aman.

Berikut ini adalah progress pembangunan kantin sehat tersebut.

Gambar 5.

Kegiatan revitalisasi kantin



4. Pengembangan mading di sdn tegal 03

Kegiatan pengembangan Majalah Dinding (Mading) di SDN Tegal 03 bertujuan untuk meningkatkan minat siswa terhadap literasi. Majalah dinding merupakan salah satu media yang dapat digunakan oleh para siswa di sekolah untuk berkarya, dan mengekspresikan diri melalui gambar, tulisan maupun bentuk kreativitas lainnya. Kegiatan pengembangan majalah dinding di SDN Tegal 03 dilakukan dengan melibatkan siswa yang usianya lebih besar, yakni kelas 4, 5, dan 6 SD. Kegiatan ini terdiri dari aktifitas identifikasi kebutuhan sekolah, koordinasi antara tim PkM FST UT dengan pihak sekolah mengenai lokasi mading dan rencana pengembangannya, memberikan pemahaman mengenai mading kepada siswa, melakukan pelatihan pengelolaan mading, serta kegiatan monitoring dan evaluasi.

Acara dimulai dengan pemaparan mengenai konsep mading, fungsi serta bagaimana siswa SDN Tegal 03 dapat mengelola dan menghasilkan sebuah mading yang menarik dan bermanfaat. Materi disampaikan dengan interaktif, dengan mendorong para siswa untuk berani bertanya dan mengungkapkan pendapatnya. Dalam pemaparan materi disampaikan pula bahwa dengan belajar menghasilkan karya untuk dimuat dalam mading, para siswa juga dapat semakin terlatih. Sehingga diharapkan mampu meningkatkan literasi siswa mengenai karya tulis, bahkan mendorong mereka untuk berani berkompetisi.

Gambar 6.

Penyampaian materi Mading dan tampilan Mading sekolah



Selanjutnya, dalam kegiatan pengembangan mading tim PkM FST UT juga menunjukkan beberapa hasil karya siswa SDN Tegal 03 yang sudah cukup baik dan layak untuk dimuat dalam mading. Beberapa karya tersebut berupa puisi, gambaran, dan bentuk kreasi seni lainnya.

Gambar 7.

Para siswa mendapatkan bingkisan sebelum pulang



C. Kesimpulan

Kegiatan PkM di desa Tegal, Kecamatan Kemang, Kabupaten Bogor telah berjalan dengan lancar dan memberikan kontribusi nyata dalam membantu meningkatkan kualitas hidup masyarakat desa. Diharapkan kegiatan ini bisa dilaksanakan setiap tahun sehingga warga desa semakin mengenal UT dan semakin meningkat dalam kualitas kesehatannya.

D. Daftar Pustaka

<https://www.liputan6.com/health/read/765432/masalah-kesehatan-anak>

Adair LS, Popkin BM. Are child eating patterns being transformed globally?.

Obesity Research. 2005; 13. p. 1281–1299.

Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. Jajanan Anak sekolah. Sistem Keamanan Pangan Terpadu 2007; 1.

Notoatmodjo S. Prinsip-prinsip dasar ilmu kesehatan masyarakat. Jakarta: PT Rineka Cipta, 2003. Hal. 205.

Mahfoedz I, Suryani S. Pendidikan kesehatan bagian dari promosi kesehatan. Yogyakarta: Fitramaya, 2007. Hal. 8-73.

Handayani N. Peran orang tua, sekolah, dan pedagang pada makanan jajanan anak [serial online]. 19 Jan 2009 [Diakses 2 Apr 2011]. Tersedia dari: URL: <http://www.jurnal.pdii.lipi.go.id>.

Almatsier S, editor. Penuntun diet anak. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2003. Hal. 18-19