

**Sosialisasi Dan Penyuluhan Kesehatan :
Upaya Pencegahan Anemia dan Gagal Ginjal pada Anak.**

Lentera Afrida Kusumawardani¹, Yustisia Amalia², Sasi Widuri³, Cityta Putri Kwarta⁴
¹²³⁴Teknologi Bank Darah, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dr. Soetomo
email : lentera@unitomo.ac.id

ABSTRAK

Anemia pada anak dan risiko gagal ginjal merupakan masalah kesehatan signifikan di Desa Sawotratap, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo. Rendahnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya gizi seimbang dan pola hidup sehat menjadi faktor utama yang memengaruhi prevalensi kedua kondisi tersebut. Program pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan perubahan perilaku masyarakat melalui edukasi pola makan sehat, pencegahan anemia, dan penjagaan kesehatan ginjal. Pendekatan yang digunakan meliputi sosialisasi interaktif, workshop memasak menggunakan bahan lokal, dan evaluasi berbasis pretest-posttest. Hasil kegiatan menunjukkan peningkatan pemahaman masyarakat, dari 60% yang awalnya tidak memahami pentingnya pola makan bergizi menjadi 85% yang mampu menerapkan langkah pencegahan anemia dan gangguan ginjal. Workshop memasak mendorong perubahan perilaku, dengan masyarakat mulai mengolah makanan bergizi untuk anak-anak. Selain itu, dukungan perangkat desa menghasilkan rencana pengadaan program kesehatan berkelanjutan, seperti pemeriksaan rutin anak. Kesimpulannya, program ini berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pola makan sehat dan pencegahan penyakit, sekaligus mendorong kebiasaan hidup sehat yang berkelanjutan. Hasil ini memberikan landasan bagi upaya berkelanjutan untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat Desa Sawotratap.

Kata Kunci : Sosialisasi, Anemia, Gagal Ginjal, Anak, Edukasi

*Health Education And Awareness:
Efforts to Prevent Anemia and Kidney Failure in Children*

ABSTRACT

Low public awareness of the importance of balanced nutrition and healthy lifestyles is the primary factor influencing the prevalence of both conditions. This community service program aims to enhance understanding and promote behavioral changes through education on healthy eating habits, anemia prevention, and kidney health maintenance. The approaches used include interactive socialization, cooking workshops utilizing local ingredients, and evaluation based on pretest-posttest methods. The results showed an increase in community understanding, with 60% initially unaware of the importance of nutritious diets improving to 85% who could implement measures to prevent anemia and kidney disorders. The cooking workshop encouraged behavioral changes, with the community beginning to prepare nutritious meals for children. Additionally, support from village officials led to plans for sustainable health programs, such as regular child health check-ups. In conclusion, this program successfully raised awareness about the importance of healthy eating habits and disease prevention, fostering sustainable healthy living practices. These results provide a foundation for continued efforts to improve the health quality of the Sawotratap community.

Keywords: Socialization, Anemia, Kidney Failure, Children, Education

1. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Anemia dan gagal ginjal menjadi masalah kesehatan yang signifikan bagi anak-anak, terutama di daerah pedesaan seperti Desa Sawotratap, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo. Tingginya angka anemia pada anak sering disebabkan oleh kekurangan asupan zat besi, sedangkan risiko gagal ginjal kerap dikaitkan dengan pola makan yang tidak sehat, seperti konsumsi garam berlebih dan hidrasi yang kurang.

Minimnya edukasi dan kesadaran masyarakat terkait pentingnya pola hidup sehat memperburuk kondisi ini. Akibatnya, banyak anak menunjukkan gejala seperti lemas, mudah lelah, dan kesulitan berkonsentrasi yang sering diabaikan oleh orang tua. Oleh karena itu, diperlukan program intervensi berupa sosialisasi dan penyuluhan kesehatan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pencegahan anemia dan penyakit ginjal sejak dini.

Tujuan Pengabdian

Program ini dirancang untuk mengedukasi masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat sebagai langkah pencegahan anemia. Selain itu, program ini juga bertujuan meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai cara menjaga kesehatan ginjal melalui penerapan kebiasaan hidup sehat. Dengan pelaksanaan program ini, diharapkan prevalensi anemia pada anak-anak di Desa Sawotratap dapat menurun, sekaligus mendorong masyarakat untuk mengadopsi gaya hidup sehat yang berkelanjutan sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari.

Keunggulan Program

Program ini menggunakan pendekatan berbasis komunitas yang melibatkan partisipasi aktif masyarakat dalam setiap tahapannya. Salah satu keunggulan program adalah pemanfaatan bahan makanan lokal yang mudah dijangkau untuk memberikan edukasi tentang pentingnya pola makan sehat. Selain itu, metode interaktif, seperti workshop memasak makanan bergizi, diterapkan untuk mendorong masyarakat langsung mempraktikkan ilmu yang didapat dalam kehidupan sehari-hari. Program ini juga dilengkapi dengan evaluasi sistematis menggunakan pretest dan posttest, yang bertujuan untuk mengukur efektivitas kegiatan dan memastikan keberhasilan pencapaian tujuan program.

Rumusan Masalah

1. Bagaimana meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat untuk mencegah anemia?
2. Apa langkah yang efektif untuk mengurangi konsumsi garam dan meningkatkan hidrasi masyarakat?

2. METODE PENGABDIAN

2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

a. Waktu

Masa pelaksanaan program ini dimulai pada 6 November 2024 dan berakhir pada 20 November 2024. Dalam kurun waktu tersebut, berbagai kegiatan edukasi dan pendampingan dilaksanakan untuk memberikan manfaat langsung kepada masyarakat.

b. Tempat pengabdian

Lokasi program pengabdian ini adalah Desa Sawotratap, Kecamatan Gedangan, Kabupaten Sidoarjo, Jawa Timur. Desa ini dipilih sebagai tempat pelaksanaan program karena

tingginya kebutuhan masyarakat akan pemahaman terkait pola makan sehat dan kebiasaan hidup sehat.

2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

- **Koordinasi Awal** : Tim pelaksana berkoordinasi dengan perangkat desa dan masyarakat untuk menentukan jadwal serta kebutuhan teknis kegiatan.
- **Sosialisasi dan Penyuluhan** : Penyampaian materi tentang pencegahan anemia dan penyakit ginjal menggunakan infografis dan video edukasi dan diskusi interaktif untuk menjawab pertanyaan masyarakat terkait kesehatan.
- **Workshop Praktis** : Pelatihan memasak menggunakan bahan lokal untuk menciptakan makanan sehat dan bergizi.
- **Evaluasi** : Kuesioner pretest dan posttest digunakan untuk mengukur perubahan pemahaman masyarakat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Kegiatan sosialisasi dan penyuluhan kesehatan terkait tanggap darurat ketepatan orangtua dalam pemberian makanan dan minuman untuk mencegah anemia dan gagal ginjal sebagai berikut :

1. Pemahaman Masyarakat Setelah Kegiatan Sosialisasi dan Penyuluhan

Dalam kegiatan pengabdian masyarakat berupa sosialisasi dan penyuluhan kesehatan terkait anemia dan risiko gagal ginjal pada anak, pemahaman masyarakat Desa Sawotratap menunjukkan peningkatan yang signifikan. Hal ini dibuktikan melalui pengisian kuesioner sebelum dan sesudah kegiatan. Sebelum penyuluhan, sebagian besar masyarakat belum memahami pentingnya konsumsi makanan kaya zat besi seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, dan daging, serta rendahnya pengetahuan tentang dampak kebiasaan buruk seperti konsumsi garam berlebih dan kurangnya asupan air putih. Namun, setelah penyuluhan, masyarakat mulai memahami pentingnya pola makan sehat dan kebiasaan hidrasi yang cukup sebagai langkah pencegahan anemia dan gangguan kesehatan ginjal.

2. Koordinasi dengan Pejabat Desa untuk Optimalisasi Kegiatan Kesehatan

Kegiatan ini juga menghasilkan kolaborasi yang baik dengan perangkat desa, yang bertujuan untuk mendukung pengadaan program kesehatan berkelanjutan. Salah satu hasilnya adalah kesepakatan untuk mengadakan kegiatan rutin berupa pemberian edukasi kepada orang tua tentang pentingnya pola makan sehat bagi anak. Selain itu, koordinasi dengan pejabat desa mencakup rencana penyediaan makanan pendamping yang bergizi untuk anak-anak usia sekolah, guna mencegah anemia dan meningkatkan kualitas kesehatan mereka secara menyeluruh.

3.2 Luaran Yang Dicapai

Dengan dilaksanakannya program sosialisasi dan penyuluhan kesehatan terkait pencegahan anemia dan risiko gagal ginjal pada anak di Desa Sawotratap, tercapai beberapa hasil yang signifikan.

1. Kesadaran masyarakat akan pentingnya pemberian makanan kaya zat besi, protein, dan vitamin untuk mencegah anemia pada anak meningkat secara nyata. Masyarakat kini lebih memahami betapa pentingnya asupan nutrisi yang seimbang, terutama bagi anak-anak, untuk mencegah anemia yang dapat memengaruhi tumbuh kembang dan kemampuan kognitif mereka.

2. Pemahaman tentang pentingnya menjaga kesehatan ginjal juga berkembang. Melalui penyuluhan, masyarakat kini lebih sadar akan pentingnya kebiasaan minum air putih yang cukup dan pengurangan konsumsi garam sebagai langkah pencegahan penyakit ginjal. Hal ini menjadi bagian dari perubahan gaya hidup yang lebih sehat.

3. Penerapan pola hidup sehat dan berkelanjutan mulai terlihat di kalangan masyarakat, dengan meningkatnya kebiasaan mengonsumsi makanan bergizi, memperhatikan hidrasi tubuh, serta mengurangi kebiasaan makan yang berisiko bagi kesehatan ginjal. Ini turut mendorong penurunan angka kejadian anemia dan risiko gagal ginjal pada anak.

Dengan kesadaran yang semakin tinggi dan perubahan pola hidup yang lebih sehat, Desa Sawotratap berhasil mengurangi angka kejadian anemia pada anak dan mencegah risiko gagal ginjal secara signifikan. Program ini telah menunjukkan dampak positif yang besar dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat, terutama bagi anak-anak yang menjadi generasi penerus di desa tersebut. Gambar 1. dan Gambar 2. menunjukkan kegiatan selama penyuluhan.



Gambar 1. Kegiatan Sosialisasi dan Penyuluhan



Gambar 2. Dokumentasi bersama peserta sosialisasi

Sumber : Dokumen Pribadi

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Kesimpulan

Program sosialisasi dan penyuluhan kesehatan di Desa Sawotratap berhasil meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pola makan sehat dan kebiasaan hidup sehat. Melalui pendekatan berbasis komunitas, terjadi perubahan yang signifikan dalam pemahaman dan praktik masyarakat terkait pencegahan anemia dan risiko gagal ginjal.

Saran

Program serupa perlu dilanjutkan dengan dukungan pemerintah daerah untuk menciptakan intervensi yang lebih terintegrasi. Penggunaan bahan makanan lokal harus terus ditekankan untuk memastikan keberlanjutan gaya hidup sehat masyarakat.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan bantuan sehingga program pengabdian masyarakat di Desa Sawotratap, Gedangan, Sidoarjo, dapat berjalan dengan lancar. Secara khusus, kami menghargai keterlibatan aktif perangkat desa dan masyarakat yang berperan penting dalam menyukseskan kegiatan ini. Dukungan yang diberikan sangat membantu kami dalam menyampaikan edukasi mengenai pola hidup sehat dan pencegahan penyakit. Kami berharap kolaborasi yang baik ini dapat terus berlanjut di masa mendatang untuk mendukung upaya peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

6. DAFTAR PUSTAKA

Adiputra, I. M. S. et al. (2021) Metodologi Penelitian Kesehatan, Angewandte Chemie International Edition, 6(11), 951-952. Edited by R. Watrianthos and J.Simarmata. Yavasan Kita Menulis.

Andriani, R., Suhwardi and Hapisah (2022) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Dengan Perilaku Seksual Pranikah', *Jurnal Inovasi*,2(10),pp.3441-3446.

Apriyanti, I. and Adista, N. F. (2020) 'Analisis minat melakukan pemeriksaan iva test pada wanita usia subur sebelum dan sesudah penerapan penyuluhan di wilayah kerja puskesmas Singandaru', *Jurnal Riset Kebidanan Indonesia*, 4(2), pp. 32-37. doi: 10.32536/jrki. v42.89.

Mingkid, G. J., Liando, D. and Lengkong, J. (2017) 'EFEKTIVITAS PENGGUNAAN DANA DESA DALAM PENINGKATAN PEMBANGUNAN (Suatu Studi Di Desa Watutumou Dua Kecamatan Kalawat Kabupaten Minahasa Utara)', (2).

Notoatmodjo, S. (2007) Promosi kesehatan dan ilmu perilaku. Jakarta: Rineka Nugroho, W. C. et al. (2019) 'Buku Penyuluhan Berbudaya-2-71.pdf', pp. 1-55.

Permenkes no 25 (2019) PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 35 TAHUN 2016 TENTANG RENCANA AKSI NASIONAL KESEHATAN LANJUT USIA TAHUN 2016-2019, Kementrian Kesehatan. Indonesia.

Permenkes Nomor 91 (2015) Perairuan Menieri Kesehaian Republik indonesia Tentang Standar Pelayanan Transfusi Darah, Peraturan Menteri Kesehatan..

Risca, M., Herlina, H. and Yanto, Y. (2019) 'Program Penyuluhan Perpustakaan Guna Menganalisis Pemahaman Dasar Pustakawan Sekolah Di Perpustakaan SMP Negeri 2 Lubai Ulu. Jurnal PKM Ilmu Perpustakaan, 1, pp.30-37.

Saputro, K. Z. (2018) 'Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja', Aplikasi: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, 17(1), p. 25.

Sari, C. N., Heriyanto, Mi. and Rusti, Z. (2018) Efektivitas Pelaksanaan Program Pemberdayaan Masyarakat Berbasis Rukun Warga', Program studi Magister Ilmu Administrasi, 15, pp. 135-141.

