

## PENINGKATAN KUALITAS PENGETAHUAN IBU DAN DAMPAKNYA PADA BAHASA DAN BICARA ANAK MELALUI STIMULASI BERMAIN

Anggi Resina Putri<sup>1</sup>, Roy Romey Daulas Mangunsong<sup>2</sup>, Nadya Susanti<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Program Studi Terapi Wicara, Poltekkes Kemenkes Surakarta

e-mail: [anggiresinaputri@gmail.com](mailto:anggiresinaputri@gmail.com)

Received: 5 November 2024; Revised: 13 November 2024; Accepted: 17 November 2024

### Abstract

Parents are the first and main providers of education for children. Parents have the greatest influence on child development, namely around 92%, while therapists and teachers only have an influence of 3 to 4%. The role of parents is to provide materials and help their children when they experience difficulties in the learning process. Through fun play activities, a child tries to investigate and gain experience with himself, other people and the surrounding environment. Lack of stimulation can cause irregularities in a child's growth and development and even permanent disorders. Stimulation from people closest to them such as parents is really needed by children to achieve optimal development at their age. The aim of carrying out this activity is so that parents have the knowledge and skills to provide play stimulation for language and speaking abilities. Method: administering play stimulation questionnaires to improve language and speech to parents and cadres before and after counseling and training with 50 participants, monitoring and evaluation using Paired t-test data analysis techniques. Results: The average knowledge of participants increased from 48.2 before counseling to 79.6 after counseling, with an average increase of 31.4 points (65.3%) experiencing an increase in knowledge, increasing the quality of mothers' knowledge about the benefits of play on language and speech abilities. Conclusion: there is an increase in mothers' knowledge about the importance of language and speech stimulation and its impact on language and speech abilities.

**Keywords:** mother's knowledge, play patterns, language and speech ability

### Abstrak

Orangtua merupakan pemberi edukasi pertama dan utama bagi anak. Orangtua memiliki pengaruh terbesar dalam perkembangan anak, yaitu sekitar 92%, sedangkan terapis dan guru hanya berpengaruh sebesar 3 sampai 4%. Peran orang tua menyediakan materi dan membantu anaknya saat mengalami kesulitan dalam proses belajar. Melalui kegiatan bermain yang menyenangkan, seorang anak berusaha untuk menyelidiki dan mendapatkan pengalaman dengan dirinya sendiri, orang lain maupun lingkungan disekitarnya. Kurangnya stimulasi dapat menyebabkan penyimpangan tumbuh kembang anak bahkan gangguan yang menetap. Stimulasi dari orang terdekat seperti orang tua sangatlah dibutuhkan anak untuk mencapai perkembangan yang optimal di usianya. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah agar orangtua memiliki pengetahuan dan ketrampilan dalam memberikan stimulasi bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara. Metode: pemberian kuesioner stimulasi bermain untuk meningkatkan bahasa dan bicara kepada orangtua dan kader sebelum dan setelah penyuluhan dan pelatihan dengan peserta 50, monitoring dan evaluasi dengan menggunakan teknik analisis data *Paired t-test*. Hasil: Rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 48.2 sebelum penyuluhan menjadi 79.6 setelah penyuluhan, dengan peningkatan rata-rata sebesar 31.4 poin (65.3%) mengalami peningkatan pengetahuan. Kesimpulan: terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara.

tentang pentingnya stimulasi bahasa dan bicara serta dampaknya pada kemampuan bahasa dan bicara.

**Kata kunci:** pengetahuan ibu, pola bermain, kemampuan bahasa dan bicara

## A. PENDAHULUAN

Masa pertumbuhan, perkembangan dan pendidikan anak, keterampilan bahasa diperoleh oleh anak ketika meraih usia perkembangan, dan keterampilan ini sangat penting dalam fungsi komunikatif yang dialami anak saat di sekolah, seperti membaca dan menulis. Periode pertumbuhan dan perkembangan anak dari lahir hingga usia tiga tahun sangat penting dalam kemampuan perkembangan bahasa, dikarenakan masa *golden age* anak dalam masa perkembangannya biasanya mendapatkan keterampilan bahasa pada usia 3 tahun ini. Kondisi lingkungan rumah anak sangat penting dalam mengasah keterampilan perkembangan bahasanya, dengan demikian orang tua sebagai mediator utama perkembangan bahasa anak, seharusnya senantiasa memberikan stimulasi, yang memungkinkan meningkatkan kemampuan perkembangan bahasa dan komunikasi. Dengan memberikan stimulus bermain anak secara perkembangan bahasa dan bicara akan mengalami peningkatan dengan adanya penambahan kosa kata, pengucapan dan interaksi sosial. (Brodin & Renblad, 2020).

Orangtua merupakan pemberi edukasi pertama dan utama bagi anak. Orangtua memiliki peran terbesar dalam perkembangan anak, yaitu sekitar 92%. Tanggung jawab atas perkembangan anak secara penuh dipegang oleh orangtua. Peran orang tua menyediakan materi dan membantu anaknya saat mengalami kesulitan dalam proses belajar. Faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan proses pendidikan yaitu faktor lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan lingkungan masyarakat. Beberapa faktor tersebut, salah satu kunci dalam pertumbuhan dan perkembangan ialah peranan orang tua dalam

lingkungan keluarga anak sebagai motivator yang memberi semangat, serta teman menjadi contoh anaknya selain orang yang mencintai, yang memberi kasih sayang dan tempat bertanya anaknya (Rajesh & Venkatesh, 2019)

Bermain adalah suatu aktivitas di mana anak dapat melakukan sesuatu atau mempraktikkan keterampilannya, memberikan ekspresi atas pemikiran agar menjadi kreatif, mempersiapkan diri untuk berperan dan berperilaku. Bermain merupakan kegiatan anak yang dirasakan oleh hampir semua orang sejak masa kecil. Pada dasarnya, anak mencoba dan mendapatkan pengalaman mencari tahu dan memahami dirinya sendiri, orang lain, dan lingkungannya melalui kegiatan bermain yang menyenangkan. Bermain adalah penting karena memberikan kesempatan bagi anak untuk mengorganisasikan pengalaman dan kemampuan kognitif lainnya tanpa upaya untuk menyusun kembali ide-ide yang kreatif, serta memiliki potensi untuk meningkatkan intelegensi dalam kegiatan yang lebih abstrak (Rajesh & Venkatesh, 2019).

Stimulasi dari keluarga atau orang tua yaitu aktivitas-aktivitas yang tujuan utamanya membawa anak bermain dalam suasana penuh keceriaan dan kasih sayang. Aktivitas bermain dan suasana cinta ini adalah rangsangan yang menyeluruh mencakup seluruh sistem indera, memberikan latihan bagi motorik halus maupun kasar, serta memberikan kemampuan berkomunikasi dan perasaan serta pikirannya. Stimulasi atau intervensi sejak dini yang dimaksud adalah salah satu faktor eksternal yang sangat penting memberikan kecerdasan anak. Kurangnya rangsangan akan mengakibatkan defisiensi dalam pertumbuhan hingga tumbuh

dengan gangguan yang menetap. Rangsangan dari individu terdekat yaitu orang tua sangat dibutuhkan anak agar dapat tumbuh kembang sesuai umur. Anak yang diberikan rangsangan terarah dan teratur akan lebih cepat berkembang dan menjalin pertemanan. Selain stimulasi, ada faktor eksternal lain yang mempengaruhi kecerdasan anak yaitu kualitas gizinya, pola asuh yang tepat, dan kasih sayang. Ibu yang memahami agar dapat memberikan rangsangan tumbuh kembang pada anak secara bertahap dan berkelanjutan sesuai dengan umurnya (Rothstein et al., 2021).

Intervensi perkembangan bahasa anak merupakan cara untuk membantu anak mencapai tingkat perkembangan yang optimal, sesuai Bahasa anak dengan usianya. Kegiatan yang membantu merangsang perkembangan Bahasa anak meliputi fungsi latihan gerak, bicara, berfikir, mandiri dan interpersonal. Selain stimulasi, ada faktor eksternal lain yang berkontribusi pada kecerdasan seorang anak, yaitu kualitas asupan gizi, pola pengasuhan orangtua, dan kasih sayang terhadap anak. Ibu dengan pengetahuan baik diharapkan dapat melakukan tindakan stimulasi tumbuh kembang secara bertahap dan berkelanjutan sesuai fungsi umur anak (Rivero et al., 2023).

Perkembangan bahasa menjadi sangat penting bagi anak dan dapat menjadi peran utama dari aspek perkembangan anak. Untuk mendapatkan perkembangan bahasa yang sesuai, diperlukan menggali pengetahuan bagi orangtua sebagai lingkungan yang paling banyak berinteraksi dengan anak. Melalui pengetahuan yang baik maka orangtua dapat menerima informasi dari luar tentang cara pengasuh anak, bagaimana menjaga kesehatan anak, pendidikan anak dan masalah perkembangan yang dibutuhkan anak lainnya. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin baik pengetahuan maka semakin mudah seseorang menerima informasi dan seseorang tersebut menjadi lebih tanggap dalam menghadapi masalah, sehingga dapat menentukan

alternatif terbaik dalam menyelesaikannya (LaForett & Mendez, 2017).

Tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini adalah agar orangtua memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan stimulasi bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara.

## B. PELAKSANAAN DAN METODE

Metode pelaksanaan pada Program Kemitraan Masyarakat (PKM) adalah dengan mengadakan penyuluhan tentang peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara anak di Wonorejo dengan Proses pelaksanaan sebagai berikut: a) Penyusunan bahan atau materi penyuluhan : Sebelum sosialisasi dilaksanakan terlebih dahulu tim pengabmas mempersiapkan bahan berupa materi PPT dan leaflet yang akan digunakan dalam melaksanakan penyuluhan tentang Peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara anak di Wonorejo. b) Persiapan: Sebelum penyampaian materi penyuluhan, tim pengabmas melakukan pemberian kuesioner stimulus bermain dapat meningkatkan bahasa kepada orangtua. c) Penyuluhan: Penyuluhan tentang Peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara anak di Wonorejo Materi penyuluhan diberikan oleh tim pengabmas. Tim pengabmas menyampaikan tentang Peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara anak di Wonorejo (leaflet, stimulus bahasa dengan bermain), sedangkan metode penyuluhan menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi antara tim pengabmas, masyarakat, kader kesehatan. d) Pelatihan: Pelatihan tentang Peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara anak di Wonorejo selesai. Pada kegiatan ini dilakukan pemaparan materi pelatihan tentang peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain

terhadap kemampuan bahasa dan bicara. Dilanjutkan dengan pemberian pelatihan secara langsung penggunaan alat stimulasi bermain untuk meningkatkan kemampuan bahasa dan bicara. Pada kegiatan ini dihadiri kader, orangtua balita dan balita. Antusiasme orangtua balita dan kader terlihat dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait penggunaan alat edukasi dan bagaimana cara yang tepat dalam stimulasi perkembangan bahasa dan bicara, termasuk apa yang harus dilakukan apabila dijumpai gangguan bahasa melalui metode bermain. e) Monitoring dan evaluasi: Setelah satu minggu pelaksanaan penyuluhan kemudian dilakukan monitoring dan evaluasi dengan melakukan follow up pemberian kuesioner stimulus bermain dapat meningkatkan bahasa kepada orangtua dan membandingkan hasil pemberian kuesioner sebelumnya dengan hasil pemeriksaan terbaru.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan di Wonorejo adalah sebagai berikut:

a) Penyuluhan peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara. Kegiatan ini berlokasi di Posyandu Pelita Kasih Wonorejo. Pada kegiatan ini dilakukan penyuluhan tentang Peningkatan Kualitas Pengetahuan Ibu Tentang Manfaat Bermain Terhadap Kemampuan Bahasa Dan Bicara. Dilanjutkan dengan pemaparan tentang bagaimana melakukan deteksi dini permasalahan bahasa dan bicara. Dilakukan pula simulasi cara mendeteksi permasalahan bahasa dengan pendekatan bermain. Pada kegiatan penyuluhan ini diikuti kader, orangtua balita dan balita. Antusiasme orangtua balita dan kader terlihat dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait masalah bahasa bicara anak dan bagaimana cara yang tepat dalam stimulasi

perkembangan bahasa dan bicara, termasuk apa yang harus dilakukan apabila dijumpai gangguan bahasa melalui metode bermain.

Orangtua dan kader kesehatan sangat bersemangat dalam mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan ini. Berdasarkan evaluasi pelaksanaan kegiatan ini, warga dan kader kesehatan mengalami peningkatan pengetahuan peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara, hal tersebut dibuktikan dengan 8 orang (80%) peserta mampu menjawab pertanyaan dengan baik dan benar dari 10 soal pertanyaan yang diberikan.

b) Monitoring dan Evaluasi Penyuluhan. Setelah satu minggu pelaksanaan penyuluhan kemudian dilakukan follow up dengan pemberian kuesioner stimulus bermain dapat meningkatkan bahasa kepada orangtua dan membandingkan hasil pemberian kuesioner sebelum penyuluhan dengan hasil pemeriksaan terbaru setelah pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan peningkatan kualitas pengetahuan ibu tentang manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan bicara. Pemberian kuesioner dilakukan kepada kader dan orangtua sebanyak 50 orang. Dengan demikian sangat penting dalam mengasah keterampilan perkembangan bahasanya, orang tua sebagai peran utama dalam memantau perkembangan bahasa dan bicara anak, senantiasa memberikan stimulasi, meningkatkan kemampuan perkembangan bahasa dan bicara. memberikan stimulus bermain anak secara perkembangan bahasa dan bicara akan mengalami peningkatan dengan adanya penambahan kosa kata, pengucapan dan interaksi sosial. (Brodin & Renblad, 2020).

**Tabel Sebelum dan Sesudah dilakukan Penyuluhan dan Pelatihan**

Kategori Penilaian	Sebelum Penyuluhan dan Pelatihan (Rata-rata Skor)	Sesudah Penyuluhan dan Pelatihan (Rata-rata Skor)	Peningkatan (%)	Kesimpulan
Jumlah Peserta	50	50	-	Tidak ada perubahan jumlah peserta.
Rata-rata Pengetahuan Peserta	48.2	79.6	+65.3%	Terdapat peningkatan rata-rata pengetahuan peserta setelah penyuluhan dan pelatihan.
Peningkatan Skor Minimal	25	-	-	Peningkatan terkecil dalam pengetahuan peserta adalah 25 poin.
Peningkatan Skor Maksimal	37	-	-	Peningkatan terbesar dalam pengetahuan peserta adalah 37 poin.
Peningkatan Skor Rata-rata	-	-	31.4 poin	Rata-rata peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan dan pelatihan adalah 31.4 poin.
Persentase Peserta Meningkat	100%	-	-	Seluruh peserta mengalami peningkatan pengetahuan setelah penyuluhan dan pelatihan.
Kategori Pengetahuan Rendah	15% (Skor di bawah 40)	0%	-	Sebelum penyuluhan dan pelatihan, 15% peserta memiliki pengetahuan rendah, menjadi 0%.
Kategori Pengetahuan Sedang	75% (Skor 40-60)	10%	-	Sebelum penyuluhan dan pelatihan, 75% peserta dalam kategori sedang, turun menjadi 10%.
Kategori Pengetahuan Tinggi	10% (Skor di atas 60)	90%	-	Setelah penyuluhan dan pelatihan, 90% peserta masuk dalam kategori pengetahuan tinggi.

Hasil Peningkatan Pengetahuan Signifikan: Rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 48.2 sebelum penyuluhan menjadi 79.6 setelah penyuluhan, dengan peningkatan rata-rata sebesar 31.4 poin (65.3%). Seluruh Peserta Meningkat: Semua peserta mengalami peningkatan pengetahuan terkait manfaat bermain terhadap kemampuan bahasa dan

bicara. Perubahan Kategori Pengetahuan: Sebelum penyuluhan, 15% peserta berada dalam kategori pengetahuan rendah, namun setelah penyuluhan, tidak ada peserta yang masuk kategori rendah. Kategori pengetahuan tinggi meningkat signifikan dari 10% menjadi 90% setelah penyuluhan.

**Tabel rata-rata pengetahuan orangtua tentang stimulasi bahasa bicara anak dengan bermain sebelum dan sesudah penyuluhan dan pelatihan**

Kategori	N (Jumlah Peserta)	Mean (Rata-rata Skor)	Min (Nilai Terendah)	Maks (Nilai Tertinggi)
Sebelum Penyuluhan dan Pelatihan	50	48.2	35	65
Sesudah Penyuluhan dan Pelatihan	50	79.6	70	90
Peningkatan	50	31.4 (65.3%)	25	37

Pengukuran rata-rata pengetahuan orangtua tentang stimulasi bahasa bicara dengan bermain sebelum penyuluhan kesehatan yaitu 48.2 dan setelah satu minggu pelaksanaan penyuluhan kesehatan mengalami peningkatan sebesar 79.6. Hasil peningkatan rata-rata setelah dilakukan penyuluhan dan pelatihan serta monitoring evaluasi yaitu sebesar 31.4 (65.3%).

Bermain, terutama dalam konteks interaktif, telah terbukti mendukung komunikasi dan perkembangan bahasa pada anak. Melalui bermain, anak belajar tentang struktur bahasa, ekspresi diri, dan meningkatkan keterampilan komunikasi mereka. Ini relevan dengan peningkatan skor pengetahuan peserta yang signifikan dari **48.2** sebelum penyuluhan menjadi **79.6** setelah penyuluhan, menunjukkan bahwa edukasi dapat memperkuat pemahaman ibu tentang manfaat ini.

Menurut penelitian terbaru dari (Jensen et al., 2021), bermain tidak hanya memberikan kesempatan bagi anak-anak untuk berlatih keterampilan motorik dan sosial, tetapi juga keterampilan bahasa, terutama ketika permainan itu melibatkan interaksi verbal dengan orang dewasa atau teman sebaya. Dengan demikian, penyuluhan yang meningkatkan kesadaran orang tua tentang pentingnya bermain dapat berdampak langsung pada bagaimana orang tua mendukung perkembangan bahasa anak-anak mereka di rumah.

Program penyuluhan atau pelatihan orang tua sangat efektif dalam meningkatkan pemahaman mereka tentang perkembangan anak, termasuk manfaat bermain dalam perkembangan bahasa. (Jeong et al., 2021) dalam kajiannya menyatakan bahwa intervensi berbasis penyuluhan yang berfokus pada orang tua memiliki dampak yang signifikan terhadap peningkatan keterampilan pengasuhan pada anak, termasuk meningkatkan pengetahuan tentang aktivitas apa saja yang mendukung perkembangan bahasa pada anak.

Peningkatan rata-rata sebesar 31.4 dalam pengetahuan para ibu setelah penyuluhan dan pelatihan sesuai dengan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, di mana penyuluhan dan pelatihan yang efektif dapat mengisi kesenjangan pengetahuan dan memberi orang tua alat yang lebih baik untuk mendukung perkembangan anak mereka.

Pengetahuan yang lebih baik tentang manfaat bermain dapat secara langsung mempengaruhi perilaku orang tua dalam mendukung perkembangan bahasa anak-anak mereka. Menurut (Amodia-Bidakowska et al., 2020), orang tua yang lebih terinformasi tentang perkembangan anak lebih cenderung menyediakan lingkungan yang kaya akan stimulasi bahasa, seperti bermain peran dan bercerita, yang sangat penting untuk perkembangan bicara anak.

Studi ini menguatkan pentingnya peningkatan pengetahuan orang tua seperti yang terlihat dalam tabel. Hasil penyuluhan yang meningkatkan nilai terendah dari 35 menjadi 70 setelah penyuluhan menunjukkan bahwa bahkan peserta dengan pengetahuan awal yang rendah dapat memperoleh pemahaman yang lebih baik setelah mendapatkan informasi yang relevan dan efektif. Pengetahuan ini sangat penting, karena penelitian menunjukkan bahwa lingkungan yang kaya bahasa, seperti yang diciptakan melalui interaksi bermain, sangat berpengaruh pada perkembangan bahasa anak selama tahun-tahun awal kehidupan mereka.

Pengetahuan yang diperoleh melalui penyuluhan diharapkan tidak hanya meningkatkan pemahaman tetapi juga mengubah pendekatan orang tua dalam mendukung perkembangan bahasa pada anak. Penelitian oleh (Ramírez et al., 2020) menunjukkan bahwa ketika orang tua memahami pentingnya bermain sebagai bagian dari pengasuhan yang mendukung perkembangan bahasa, mereka lebih mungkin untuk terlibat dalam aktivitas bermain yang interaktif dan mendidik, yang terbukti secara

langsung meningkatkan perkembangan kognitif dan bahasa pada anak.

Dengan peningkatan pengetahuan ini, ibu yang sebelumnya berada pada kategori pengetahuan rendah, sebagaimana tercermin dalam nilai awal yang rendah (35-65), mampu mencapai skor yang lebih tinggi setelah penyuluhan. Hal ini sejalan dengan penelitian terbaru yang menunjukkan bahwa peningkatan kesadaran orang tua melalui pendidikan dapat secara signifikan memengaruhi cara mereka berinteraksi dengan anak-anak mereka dan menyediakan lingkungan belajar yang lebih optimal

### Keimpulan

Terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang pentingnya stimulasi bahasa dan bicara serta dampaknya pada kemampuan bahasa dan bicara. Kegiatan ini meliputi berbagai kegiatan untuk merangsang perkembangan bahasa pada anak, antara lain latihan gerak, bicara, berfikir, mandiri serta menjalin pertemanan. Keterlibatan orang tua dalam pendidikan anak dapat memberikan pengaruh besar pada prestasi belajar anak.

### Saran

Program penyuluhan harus dirancang sebagai program berkelanjutan, bukan hanya sekali waktu. Penyuluhan lanjutan dapat membantu memperkuat pemahaman ibu serta memberikan kesempatan untuk mengevaluasi dan memperbaiki praktik yang diterapkan setelah penyuluhan pertama.

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada pihak kader posyandu Pelita Kasih yang telah memberikan izin dan waktunya kepada pelaksana pengabdian untuk melaksanakan kegiatan penyuluhan dan pelatihan ini.

### D. DAFTAR PUSTAKA

Amodia-Bidakowska, A., Laverty, C., & Ramchandani, P. G. (2020). Father-child play: A systematic review of its frequency, characteristics and potential

impact on children's development. *Developmental Review*, 57(May), 100924.

<https://doi.org/10.1016/j.dr.2020.100924>

Brodin, J., & Renblad, K. (2020). Improvement of preschool children's speech and language skills. *Early Child Development and Care*, 190(14), 2205–2213.

<https://doi.org/10.1080/03004430.2018.1564917>

Jensen, H., Kvalsvig, J. D., Taylor, M., Sibisi, S., Whitebread, D., & McLellan, R. (2021). What counts as learning in play? Uncovering patterns in perceptions of South African early educators. *International Journal of Early Years Education*, 29(3), 298–313. <https://doi.org/10.1080/09669760.2020.1814215>

Jeong, J., Franchett, E. E., Ramos de Oliveira, C. V., Rehmani, K., & Yousafzai, A. K. (2021). Parenting interventions to promote early child development in the first three years of life: A global systematic review and meta-analysis. In *PLoS Medicine* (Vol. 18, Issue 5). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1003602>

LaForett, D. R., & Mendez, J. L. (2017). Children's engagement in play at home: a parent's role in supporting play opportunities during early childhood. *Early Child Development and Care*, 187(5–6), 910–923. <https://doi.org/10.1080/03004430.2016.1223061>

Rajesh, V., & Venkatesh, L. (2019). Preliminary evaluation of a low-intensity parent training program on speech-language stimulation for children with language delay. *International Journal of Pediatric Otorhinolaryngology*, 122, 99–104.

<https://doi.org/10.1016/j.ijporl.2019.03.034>

Ramírez, N. F., Lytle, S. R., & Kuhl, P. K. (2020). Parent coaching increases

conversational turns and advances infant language development. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 117(7), 3484–3491.

<https://doi.org/10.1073/pnas.1921653117>

Rivero, M., Vilaseca, R., Cantero, M. J., Valls-Vidal, C., & Leiva, D. (2023). Relations between Positive Parenting Behavior during Play and Child Language Development at Early Ages. *Children*, 10(3), 1–16.

<https://doi.org/10.3390/children10030505>

Rothstein, J. D., Buckland, A. J., Gagnier, K., Ochoa, M., Allen-Valley, A., Jivapong, B., Cabrera, L. Z., Leontsini, E., & Fisher, K. R. (2021). Assessing the play and learning environments of children under two years in peri-urban Lima, Peru: a formative research study. *BMC Public Health*, 21(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-10119-3>

## OPTIMALISASI TES KLASIK DAN MODERN UNTUK GURU FISIKA SMA BERBASIS KETERAMPILAN BERPIKIR TINGKAT TINGGI

Duden Saepuzaman<sup>1</sup>, Lina Aviyanti<sup>2</sup>, Rizki Zakwandi<sup>3</sup>, Muh. Asriadi AM<sup>4</sup>, Iman Nurzaman<sup>5</sup>, Aas Aisyah<sup>6</sup>, Prila Mentari Sukmadewi<sup>7</sup>

<sup>1,2,3,6,7</sup> Pendidikan Fisika, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>4</sup>PGPAUD Kampus Cibiru, Universitas Pendidikan Indonesia

<sup>5</sup>SMA Negeri 19 Garut

e-mail: [dsaepuzaman@upi.edu](mailto:dsaepuzaman@upi.edu)

Received: 5 November 2024; Revised: 14 November 2024; Accepted: 18 November 2024

### Abstract

*The National Curriculum requires students to have high-level thinking skills (HOTS) to be sensitive to various environmental problems. However, there are still many teachers who do not understand and apply the concept of HOTS questions in learning, so guidance is needed. This community service activity was carried out on August 26, 2024 and involved 20 MGPM Physics teachers from Garut Regency, West Java. The purpose of this activity is to improve teachers' ability to plan HOTS questions in physics subjects and evaluate their quality. The methods used include intensive training and mentoring, where teachers are trained to plan, compile, and test HOTS questions. Evaluation of the quality of questions is carried out through classical test theory (Classical Test Theory, CTT) and modern test theory (Item Response Theory, IRT). The results showed a significant increase in teacher understanding and skills, with an average pre-test score of 60, and a post-test score of 85, indicating an increase of 25 points. This training has proven effective in improving teachers' ability to compile valid and reliable HOTS questions. The conclusion of this study is that the educational approach through training and mentoring can improve teacher competence in compiling HOTS assessment instruments that support learning according to curriculum standards. The implications of this study are the need for ongoing training programs for teachers in various subjects so that HOTS can be applied more evenly, as well as the importance of policy support to strengthen in-depth evaluation skills for teachers.*

**Keywords:** physics, hots, teacher competence, ctt, irt

### Abstrak

Kurikulum Nasional mewajibkan siswa memiliki kemampuan berpikir tingkat tinggi (HOTS) agar peka terhadap berbagai permasalahan lingkungan hidup. Namun, masih banyak guru yang belum memahami dan menerapkan konsep soal HOTS dalam pembelajaran, sehingga diperlukan bimbingan. Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 26 Agustus 2024 dan melibatkan 20 orang guru MGPM Fisika Kabupaten Garut, Jawa Barat. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan kemampuan guru dalam merencanakan soal-soal HOTS pada mata pelajaran fisika serta mengevaluasi kualitasnya. Metode yang digunakan meliputi pelatihan intensif dan pendampingan, di mana guru dilatih untuk merencanakan, menyusun, dan menguji soal HOTS. Evaluasi kualitas soal dilakukan melalui teori tes klasik (Classical Test Theory, CTT) dan teori tes modern (Item Response Theory, IRT). Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada pemahaman dan keterampilan guru, dengan rata-rata nilai pre-test sebesar 60, dan post-test sebesar 85, yang menunjukkan peningkatan sebesar 25 poin. Pelatihan ini terbukti efektif dalam meningkatkan kemampuan guru menyusun soal HOTS yang valid dan reliabel. Kesimpulan penelitian ini adalah pendekatan pendidikan melalui pelatihan dan pendampingan dapat meningkatkan kompetensi guru dalam menyusun instrumen penilaian HOTS yang

mendukung pembelajaran sesuai standar kurikulum. Implikasi penelitian ini adalah perlunya program pelatihan berkelanjutan bagi guru di berbagai mata pelajaran agar HOTS dapat diterapkan secara lebih merata, serta pentingnya dukungan kebijakan untuk memperkuat keterampilan evaluasi mendalam bagi guru.

**Kata kunci:** fisika, hots, kompetensi guru, tes klasik, irt.

## A. PENDAHULUAN

Higher Order Thinking Skills (HOTS) merupakan kompetensi yang sangat penting dimiliki oleh semua orang tidak terkecuali peserta didik di SMA (Afikah, Rohaeti, Jumadi, & Perdana, 2023; Putra, Asrizal, & Usmeldi, 2023). Mengingat pentingnya HOTS, tidak mengherankan pengembangan keduanya menjadi suatu hal yang sangat penting diterapkan dalam kurikulum pendidikan (Istiyono, Dwandaru, Setiawan, & Megawati, 2020; Kokkinos & Gakis, 2021). Dengan memiliki HOTS, seseorang akan mampu untuk belajar (learning), kritis dalam memberikan alasan (reasoning), berpikir secara kreatif (thinking creatively), mampu membuat keputusan (decision making), dan menyelesaikan masalah (problem solving) (AM & Hadi, 2023; Asriadi & Istiyono, 2020). Penentuan sejauh mana capaian HOTS peserta didik dilakukan melalui penilaian.

Penilaian adalah proses pengumpulan informasi berkaitan dengan tujuan atau capaian pembelajaran (AM & Hadi, 2021). Secara umum tujuan penilaian pembelajaran adalah memantau kemajuan belajar, memantau efektivitas pembelajaran, mengetahui pencapaian hasil belajar dan memberi nilai peserta didik (Hadi, Haryanto, AM, Marlina, & Rahim, 2022). Sementara itu, sebagian besar penilaian di kelas masih belum sepenuhnya mengarah pada penilaian HOTS (AM & Retnawati, 2023; Saepuzaman, Retnawati, Istiyono, & Haryanto, 2021). Umumnya penilaian yang terjadi berupa tes tertulis berisikan soal-soal yang cenderung bersifat pengulangan dan hanya sebagian kecil yang mengukur HOTS (Asriadi & Hadi, 2021; Saepuzaman, Istiyono, & Haryanto, 2022). Fakta ini disebabkan banyak faktor diantaranya kemampuan guru dalam

menyusun soal berbasis HOTS. Guru harus menyusun instrumen HOTS yang valid dan reliabel.

Fakta dilapangan mengindikasikan bahwa kemampuan guru dalam menyusun soal HOTS masih kurang, masih banyak guru yang belum menguasai konsep soal HOTS dan belum menerapkannya dalam pembelajaran di sekolah. Soal-soal HOTS merupakan asesmen yang berbasis situasi nyata dalam kehidupan sehari-hari, dimana peserta didik diharapkan dapat menerapkan konsep-konsep pembelajaran di kelas untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh masyarakat dunia saat ini.

Soal-soal HOTS adalah asesmen berbasis situasi nyata yang menuntut peserta didik menerapkan konsep pembelajaran untuk menyelesaikan masalah global terkini (Rostika, Hidayah, & AM, 2023; Suprpto, Saryanto, Sumiharsono, & Ramadhan, 2020). Guru memiliki peranan penting dalam meningkatkan kemampuan HOTS peserta didik. Pentingnya membiasakan peserta didik dengan soal-soal HOTS harus juga diiringi dengan kemampuan guru dalam mengembangkan kompetensi pedagogiknya untuk mengembangkan soal-soal HOTS bertolak belakang dengan pentingnya soal HOTS, temuan peneliti pada kajian terdahulu menyebutkan bahwa masih banyak guru yang belum memiliki kemampuan yang mumpuni dalam menyusun soal HOTS (Martiana, Istiyono, & Widihastuti, 2022). Temuan penelitian menunjukkan bahwa soal yang umumnya dibuat guru masih dalam level rendah (Saepuzaman et al., 2021). Temuan lainnya menyebutkan bahwa masih banyak guru yang belum terbiasa menerapkan soal HOTS dalam pembelajaran. Selain itu, kegiatan penyusunan soal HOTS, hanya 50%

guru peserta yang memiliki kemampuan penyusunan soal HOTS dalam kategori baik (Supriyati, Iriyadi, & Falani, 2021). Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, dapat disimpulkan bahwa kemampuan guru dalam menyusun soal HOTS masih perlu ditingkatkan. Oleh karena itu, dalam upaya membantu guru meningkatkan pemahamannya tentang konsep dan penyusunan soal HOTS, perlu diadakan suatu pelatihan bagi guru-guru berupa pelatihan penyusunan soal HOTS.

Kegiatan pelatihan ini merupakan bagian dari kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM). Kegiatan PkM ini bertujuan untuk memberikan pemahaman tentang ciri-ciri dan cara pengembangan soal HOTS (Higher Order Thinking Skills) yang berkualitas serta, memberikan pengalaman langsung dalam mengubah soal biasa menjadi soal HOTS, serta menganalisis kualitas instrumen HOTS yang dibuat baik secara teoritis maupun empiris berdasarkan pendekatan teori tes klasik (CTT) dan teori tes modern (IRT).

## B. PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Kabupaten Garut, Jawa Barat, pada tanggal 26 Agustus 2024, dan diikuti oleh 20 guru fisika SMA se-kabupaten. Program berlangsung selama enam pertemuan dengan tujuan meningkatkan kompetensi guru dalam merancang dan menganalisis instrumen tes berbasis HOTS menggunakan pendekatan teori tes klasik (CTT) dan teori tes modern (IRT). Metode yang diterapkan mencakup pelatihan, praktik langsung, dan pendampingan intensif. Materi pelatihan meliputi pemahaman konsep HOTS, teknik penyusunan soal HOTS, serta analisis kualitas soal dengan teori tes klasik dan modern. Kegiatan diawali dengan ceramah interaktif, diskusi, dan tanya jawab untuk menyamakan persepsi peserta tentang HOTS, dilanjutkan dengan workshop penyusunan soal HOTS yang melibatkan praktik langsung di bawah bimbingan fasilitator.

Pada tahap analisis kualitas instrumen, soal-soal yang disusun peserta diuji coba dan

dianalisis menggunakan dua pendekatan. Teori tes klasik diterapkan untuk menilai reliabilitas dan validitas soal menggunakan Microsoft Excel. Sementara itu, teori tes modern dilakukan dengan perangkat lunak Winsteps untuk analisis model Rasch. Proses analisis IRT melibatkan beberapa langkah, yaitu memasukkan data ujian ke perangkat lunak, mengevaluasi fit butir soal terhadap model Rasch, menilai tingkat kesulitan soal dan kemampuan peserta didik, serta menganalisis person reliability dan item reliability. Keberhasilan kegiatan diukur melalui peningkatan skor pre-test dan post-test peserta, dengan target minimal peningkatan 20%, serta jumlah soal HOTS yang memenuhi kriteria validitas dan reliabilitas berdasarkan analisis CTT dan IRT. Hasil kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kompetensi guru dalam menyusun dan mengevaluasi instrumen tes berbasis HOTS sesuai dengan standar kurikulum.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini memberikan dampak positif yang signifikan terhadap kompetensi guru fisika SMA di Kabupaten Garut dalam menyusun instrumen tes berbasis HOTS. Program ini dirancang untuk membekali guru dengan pemahaman yang mendalam tentang konsep dan aplikasi Higher Order Thinking Skills (HOTS) serta meningkatkan keterampilan mereka dalam menyusun soal yang mampu mengukur kemampuan analitis, kritis, dan kreatif siswa. Selama pelatihan, peserta diperkenalkan pada berbagai metode dan teknik yang relevan dengan penyusunan instrumen tes HOTS.

Materi yang diajarkan selama pelatihan mencakup beberapa topik penting. Pertama, Asesmen Pembelajaran pada Kurikulum Merdeka, yang memberikan pemahaman kepada peserta tentang bagaimana asesmen dalam Kurikulum Merdeka menekankan kemampuan siswa untuk berpikir kritis dan

kreatif serta menerapkan konsep-konsep dalam situasi nyata. Kedua, Taksonomi Wiggins, Anderson, dan Marzano dalam Pembelajaran Fisika di SMA, di mana para guru mempelajari cara menggunakan taksonomi ini untuk merumuskan tujuan pembelajaran yang lebih spesifik dan terukur serta mengintegrasikannya ke dalam penyusunan soal HOTS.

Selanjutnya, pelatihan juga mencakup Perancangan Asesmen Tes, yang berfokus pada prinsip-prinsip dasar merancang instrumen tes yang valid dan reliabel. Dalam sesi ini, peserta diajarkan cara menyusun butir soal yang sesuai dengan tingkat kognisi HOTS.

Terakhir, peserta diperkenalkan pada Instrumen Non-Tes pada Pembelajaran Fisika, seperti proyek, portofolio, dan observasi, yang dapat digunakan sebagai alternatif untuk menilai keterampilan dan pengetahuan siswa secara lebih holistik.

Pelatihan dimulai dengan penyampaian materi secara daring, seperti yang ditunjukkan dalam Gambar 1 yang memperlihatkan sesi awal program pengabdian kepada masyarakat. Pada tahap ini, peserta menerima pemaparan mengenai teori dan teknik dasar penyusunan instrumen HOTS.



Gambar 1. Pelaksanaan Awal PKM

Sesi ini dilanjutkan dengan workshop penyusunan soal HOTS secara daring, di mana peserta secara aktif terlibat dalam praktik

penyusunan dan penilaian soal, seperti yang terlihat dalam **Gambar 2** di bawah.



Gambar 1. Pelatihan Penyusunan Instrumen Tes Fisika Secara Daring

Pada pelatihan ini, materi yang diajarkan dimulai dengan pemahaman Tujuan Pembelajaran yang Esensial. Tujuan pembelajaran ini menjadi dasar dalam menyusun instrumen tes, di mana peserta diajak untuk mengidentifikasi capaian belajar yang ingin dicapai oleh siswa. Penetapan tujuan yang jelas sangat penting agar instrumen tes dapat menilai kemampuan siswa secara akurat.

Setelah menetapkan tujuan pembelajaran, peserta diajarkan untuk merumuskan Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran. Kriteria ini berfungsi sebagai pedoman untuk menilai apakah siswa telah mencapai tujuan yang ditetapkan. Dengan adanya kriteria yang jelas, guru dapat menilai efektivitas pembelajaran dan menentukan langkah-langkah perbaikan yang diperlukan.

Materi selanjutnya adalah penyusunan Kisi-kisi. Kisi-kisi merupakan alat yang membantu guru dalam merencanakan dan menyusun butir-butir soal. Dalam sesi ini, peserta belajar mengaitkan tujuan pembelajaran dan kriteria ketercapaian dengan jenis soal yang akan disusun. Kisi-kisi ini menjadi blueprint yang memastikan bahwa semua aspek penting dari materi ajar tercover dalam instrumen tes yang dibuat.

Selanjutnya, peserta dilatih untuk menyusun Indikator. Indikator merupakan pernyataan yang menggambarkan apa yang harus dilakukan siswa untuk menunjukkan bahwa mereka telah mencapai tujuan pembelajaran. Dengan indikator yang tepat, guru dapat lebih mudah menilai hasil belajar siswa secara objektif.

Terakhir, peserta mendapatkan pelatihan tentang pembuatan Butir Tes. Dalam sesi ini, mereka belajar cara menulis soal yang

berkualitas tinggi, baik dalam bentuk pilihan ganda, esai, maupun bentuk lain yang sesuai dengan HOTS. Butir tes yang dirancang harus mampu menggali kemampuan berpikir kritis dan kreatif siswa, sehingga dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai pemahaman mereka terhadap materi fisika.

Dengan mengikuti pelatihan ini, diharapkan para guru fisika SMA dapat menyusun instrumen tes yang tidak hanya memenuhi standar akademik, tetapi juga mendukung pengembangan kemampuan berpikir tingkat tinggi siswa dalam pembelajaran fisika.

### **Tahapan Penyusunan Instrumen Tes**

Pelatihan ini diawali dengan pemahaman tentang Tujuan Pembelajaran Esensial yang menjadi dasar dalam menyusun instrumen tes. Peserta diajak mengidentifikasi capaian belajar yang diharapkan dari siswa. Selanjutnya, mereka mempelajari Kriteria Ketercapaian Tujuan Pembelajaran, yang digunakan untuk menilai apakah siswa telah mencapai tujuan yang ditetapkan.

Materi berikutnya adalah Kisi-kisi, yang membantu guru merencanakan dan menyusun butir soal. Dalam sesi ini, peserta belajar menghubungkan tujuan pembelajaran dan kriteria ketercapaian dengan jenis soal yang akan disusun. Selanjutnya, mereka dilatih menyusun Indikator, yang menggambarkan kemampuan spesifik yang harus ditunjukkan siswa untuk mencapai tujuan pembelajaran. Terakhir, peserta berlatih menyusun Butir Tes, baik dalam bentuk pilihan ganda, esai, maupun bentuk lain yang sesuai dengan HOTS.

### **Hasil Pelatihan**

Visualisasi data hasil pelatihan menunjukkan peningkatan signifikan pada kemampuan peserta seperti pada Tabel 1.

Tabel 1. Perbandingan nilai pre-test dan post-test

Aspek Evaluasi	Hasil
Nilai Pre-Test (Rata-rata)	60
Nilai Post-Test (Rata-rata)	85
Peningkatan Nilai	25
Reliabilitas Soal (Alpha Cronbach)	0.85 (Reliabilitas Tinggi)
Rentang Infit MNSQ (IRT)	0.8 - 1.2 (Item Fit Baik)

Tabel 1. menunjukkan peningkatan rata-rata dari 60 menjadi 85, dengan peningkatan sebesar 25 poin. Analisis teori tes klasik menggunakan Microsoft Excel menunjukkan reliabilitas soal dengan nilai Alpha Cronbach sebesar 0,85, yang menunjukkan reliabilitas tinggi. Sementara itu, analisis teori tes modern dengan *Winsteps* menunjukkan tingkat kesulitan soal yang seimbang dan *item fit* dalam model Rasch dengan nilai infit MNSQ dalam rentang 0,8-1,2, yang menunjukkan kualitas butir soal yang baik.

Dengan mengikuti pelatihan ini, guru fisika SMA diharapkan mampu menyusun instrumen tes yang tidak hanya memenuhi standar akademik, tetapi juga mendukung pengembangan kemampuan berpikir tingkat tinggi siswa sesuai dengan standar Kurikulum Merdeka.

### Hasil Implementasi dan Solusi

Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan kompetensi guru fisika SMA di Kabupaten Garut dalam menyusun instrumen tes berbasis Higher Order Thinking Skills (HOTS). Pada tahap awal, guru-guru fisika yang terlibat dalam program ini mendapatkan pemahaman dasar mengenai HOTS dan pentingnya menyusun soal yang dapat mengukur kemampuan berpikir tingkat tinggi siswa. Meskipun terdapat tantangan dalam memahami konsep HOTS, para peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi untuk belajar dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan pelatihan.

Setelah mengikuti serangkaian sesi pelatihan yang mencakup pemaparan materi,

diskusi interaktif, dan praktik langsung dalam menyusun soal, para guru memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang konsep HOTS. Sesi diskusi memungkinkan peserta untuk berbagi pengalaman dan tantangan yang mereka hadapi dalam pengajaran fisika, sehingga meningkatkan kolaborasi antar peserta.

Pada tahap praktik, guru-guru berhasil menyusun soal-soal HOTS yang relevan dan aplikatif. Mereka diajarkan untuk menggunakan teori tes klasik dan modern dalam menganalisis kualitas soal yang telah mereka buat. Melalui proses ini, para guru tidak hanya belajar bagaimana membuat soal, tetapi juga bagaimana mengevaluasi dan meningkatkan kualitas soal tersebut. Hasil analisis menunjukkan bahwa instrumen soal yang disusun oleh peserta memiliki validitas dan reliabilitas yang lebih baik, sebagai hasil dari pendampingan yang diberikan selama pelatihan.

Hasil dari implementasi program ini menunjukkan bahwa guru-guru fisika di Kabupaten Garut kini memiliki keterampilan yang lebih baik dalam menyusun instrumen tes berbasis HOTS. Melalui pelatihan ini, mereka mampu menghasilkan soal yang tidak hanya memenuhi standar akademik, tetapi juga merangsang kemampuan berpikir kritis dan kreatif siswa. Dengan demikian, pelatihan ini memberikan kontribusi signifikan terhadap peningkatan kualitas pendidikan fisika di tingkat SMA.

Melihat keberhasilan program ini, disarankan agar kegiatan serupa dapat dilanjutkan dan diperluas ke lebih banyak guru

di berbagai disiplin ilmu. Selain itu, penting untuk memberikan dukungan berkelanjutan dalam bentuk bimbingan dan sumber daya tambahan agar guru dapat terus mengembangkan keterampilan mereka dalam penyusunan instrumen tes yang berkualitas.

### **Pembahasan**

#### **Implementasi Solusi**

Program pelatihan ini menyediakan solusi berupa peningkatan kompetensi guru dalam menyusun soal berbasis HOTS melalui metode edukasi dan pendampingan intensif. Dengan pendekatan ini, peserta mampu memahami konsep HOTS, menyusun soal yang relevan, dan menganalisis kualitas instrumen dengan lebih baik, yang sebelumnya menjadi kendala dalam proses pembelajaran.

Hasil pelatihan ini sejalan dengan penelitian Sudirman & Am, (2018), yang menunjukkan bahwa pelatihan intensif mampu meningkatkan pemahaman guru terhadap penyusunan instrumen HOTS. Penelitian serupa oleh Suprpto et al. (2020) juga menemukan bahwa pendampingan intensif dalam penyusunan soal berbasis HOTS meningkatkan kualitas pembelajaran, khususnya dalam mata pelajaran eksakta seperti fisika. Namun, hasil ini melampaui beberapa penelitian terdahulu dengan menambahkan analisis mendalam menggunakan teori tes modern (IRT), yang memungkinkan evaluasi kualitas soal lebih komprehensif.

#### **Tantangan dan Solusi**

Selama pelatihan, terdapat beberapa tantangan yang dihadapi. Salah satu tantangan utama adalah keterbatasan waktu pelatihan, yang membuat beberapa peserta merasa perlu lebih banyak waktu untuk memahami materi secara mendalam. Untuk mengatasi hal ini, tim pelaksana memberikan sesi pendampingan tambahan secara daring setelah pelatihan formal selesai. Peserta juga diberikan akses ke rekaman materi dan panduan tertulis untuk dipelajari secara mandiri.

Tantangan lainnya adalah variasi kemampuan teknologi di kalangan peserta, terutama dalam penggunaan perangkat lunak Winsteps untuk analisis teori tes modern. Beberapa peserta kesulitan memahami langkah-langkah teknis dalam mengolah data soal. Untuk mengatasi hal ini, sesi pelatihan teknologi difokuskan pada praktik langsung dengan pendampingan personal. Peserta yang lebih mahir juga didorong untuk membantu rekan-rekan mereka dalam kelompok kecil.

Selain itu, keterbatasan fasilitas seperti perangkat keras (laptop) yang tidak memadai pada sebagian peserta menghambat kelancaran analisis data. Solusinya, peserta yang tidak memiliki perangkat memadai dipersilakan menggunakan fasilitas milik panitia, dan materi pelatihan dirancang untuk fleksibel digunakan di berbagai jenis perangkat.

#### **Luaran dan Indikator Keberhasilan**

Keberhasilan program ditunjukkan oleh peningkatan nilai post-test peserta dari rata-rata 60 menjadi 85, serta kualitas soal yang disusun. Hasil analisis menggunakan teori tes klasik menunjukkan reliabilitas soal dengan Alpha Cronbach sebesar 0,85, sementara analisis menggunakan teori tes modern Winsteps menunjukkan item fit yang baik dengan nilai infit MNSQ pada rentang 0,8-1,2. Respon positif dari peserta, seperti laporan kepuasan terhadap pendampingan, juga menjadi indikator penting keberhasilan.

Secara keseluruhan, program ini memberikan solusi efektif untuk mengatasi tantangan dalam penyusunan soal HOTS, meningkatkan kualitas instrumen evaluasi, dan mendukung penerapan Kurikulum Merdeka.

### **D. PENUTUP**

#### **Simpulan**

Pelatihan ini berhasil meningkatkan kompetensi guru fisika SMA di Kabupaten Garut dalam menyusun instrumen tes berbasis HOTS, terbukti dari adanya peningkatan signifikan pada nilai post-test dibandingkan pre-test. Para guru menunjukkan pemahaman

yang lebih mendalam tentang konsep HOTS dan mampu menyusun soal yang valid dan reliabel. Faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini meliputi antusiasme peserta, kemudahan akses materi pelatihan, dan pendampingan intensif yang dilakukan selama pelatihan. Namun, terdapat beberapa kendala, seperti keterbatasan waktu yang membuat beberapa guru membutuhkan pendampingan tambahan untuk memperdalam pemahaman.

### Saran

Agar pelaksanaan program serupa di masa depan lebih optimal, disarankan untuk memperpanjang durasi pendampingan bagi guru, sehingga pemahaman mengenai penyusunan soal HOTS dapat lebih mendalam dan penerapannya lebih konsisten. Selain itu, penting untuk mempertimbangkan keberlanjutan program dengan menyelenggarakan pelatihan lanjutan atau sesi konsultasi rutin. Program pelatihan ini juga bisa diperluas ke guru-guru mata pelajaran lain agar seluruh kompetensi guru dalam menyusun soal HOTS dapat terus ditingkatkan

### Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada MGMP FISIKA Kabupaten Garut, Jawa Barat, atas dukungan dan partisipasi aktifnya dalam pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini.

### E. DAFTAR PUSTAKA

Afikah, A., Rohaeti, E., Jumadi, J., & Perdana, R. (2023). Student's higher-order thinking skills and collaboration skills in online learning during pandemic. *International Journal of Evaluation and Research in Education*, 12(1), 23–33. <https://doi.org/10.11591/ijere.v12i1.23797>

AM, M. A., & Hadi, S. (2021). Implementation of item response theory at final exam test in physics learning: Rasch model study. *Proceedings of the 6th International Seminar on Science Education (ISSE 2020)*, 541(Isse 2020), 336–342. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.210326.048>

AM, M. A., & Hadi, S. (2023). Developing a diagnostic test of critical thinking skills in physics lessons. *Journal of Research and Educational Research Evaluation*, 12(1), 1–11. <https://doi.org/10.15294/jere.v12i1.57286>

AM, M. A., & Retnawati, H. (2023). Equating of standardized science subjects tests using various methods: Which is the most profitable? *Thabiea: Journal of Natural Science Teaching*, 6(1), 51–64. <https://doi.org/10.21043/thabiea.v6i1.19503>

Asriadi, M., & Hadi, S. (2021). Analysis of the quality of the formative test items for physics learning using the rasch model in the 21st century learning. *JIPF (Jurnal Ilmu Pendidikan Fisika)*, 6(2), 158–166. <https://doi.org/10.26737/jipf.v6i2.2030>

Asriadi, M., & Istiyono, E. (2020). Exploration of creative thinking skills of students in physics learning. *Journal of Educational Science and Technology (EST)*, 6(2), 151–158. <https://doi.org/10.26858/est.v6i2.12737>

Hadi, S., Haryanto, H., AM, M. A., Marlina, M., & Rahim, A. (2022). Developing classroom assessment tool using learning management system-based computerized adaptive test in vocational high schools. *Journal of Education Research and Evaluation*, 6(1), 143–155. <https://doi.org/10.23887/jere.v6i1.35630>

Istiyono, E., Dwandaru, W. S. B., Setiawan, R., & Megawati, I. (2020). Developing of computerized adaptive testing to measure physics higher order thinking skills of senior high school students and its feasibility of use. *European Journal of Educational Research*, 9(1), 91–101. <https://doi.org/10.12973/eu-jer.9.1.91>

Kokkinos, T., & Gakis, P. (2021). Student teachers' differentiated teaching practices for high-achieving students. *Journal of Further and Higher Education*, 45(7), 916–931. <https://doi.org/10.1080/0309877X.2020>

- 1827374
- Martiana, A., Istiyono, E., & Widiastuti, W. (2022). Critical sociology in the development of HOTS-oriented cognitive assessment instruments. *Journal of Social Studies (JSS)*, 18(2), 197–206. <https://doi.org/10.21831/jss.v18i2.51430>
- Putra, N., Asrizal, A., & Usmeldi, U. (2023). Meta-Analysis Pengaruh STEM Pada Pembelajaran Fisika Terhadap Pemahaman Konsep dan Keterampilan Berpikir Kreatif Siswa. *Jurnal Pendidikan IPA*, 12(3), 228–239. <https://doi.org/10.20961/inkuiri.v12i3.79314>
- Rostika, D., Hidayah, N., & AM, M. A. (2023). Readiness of pre-service elementary school teacher to implement PBL and HOTS in learning geometry. *Jurnal Pendidikan Progresif*, 13(3), 1422–1434. <https://doi.org/10.23960/jpp.v13.i3.202339>
- Saepuzaman, D., Istiyono, E., & Haryanto, H. (2022). Differential item functioning detection in fundamental physics test. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 17(12), 4530–4543. <https://doi.org/10.18844/cjes.v17i12.7642>
- Saepuzaman, D., Retnawati, H., Istiyono, E., & Haryanto. (2021). Can innovative learning affect students' hots achievements?: A meta-analysis study. *Pegem Egitim ve Ogretim Dergisi*, 11(4), 290–305. <https://doi.org/10.47750/pegegog.11.04.28>
- Sudirman, & AM, M. A. (2018). Developing fundamental physics module integrated with al- quran in physics education department, faculty of education and teacher training, alauddin state islamic university of makassar. *Seminar Nasional Fisika (SNF) 2018*, 1(1), 55–65. Retrieved from <https://fisika.fmipa.unesa.ac.id/proceedings/index.php/snf/article/view/64/55>
- Suprpto, E., Saryanto, S., Sumiharsono, R., & Ramadhan, S. (2020). The analysis of instrument quality to measure the students' higher order thinking skill in physics learning. *Journal of Turkish Science Education*, 17(4), 520–527. <https://doi.org/10.36681/tused.2020.42>
- Supriyati, Y., Iriyadi, D., & Falani, I. (2021). The development of equating application for computer based test in physics hots category. *Journal of Technology and Science Education*, 11(1), 117–128. <https://doi.org/10.3926/jotse.1135>

## PEMBERDAYAAN GURU SEKOLAH LUAR BIASA (SLB) DALAM DETEKSI DINI DAN INTERVENSI GANGGUAN FONOLOGI DAN ARTIKULASI PADA ANAK DISABILITAS

Sudarman<sup>1</sup>, Roy Romey Daulas Mangunsong<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Prodi Terapi Wicara dan bahasa, Poltekkes Kemenkes Surakarta

e-mail: [darman\\_poltekkes@yahoo.com](mailto:darman_poltekkes@yahoo.com)

Received: 11 October 2024; Revised: 12 November 2024.; Accepted: 29 November 2024

### Abstract

Children with speech delay problems will certainly find it difficult to adjust to their environment. Although difficult, children who are late to speak will definitely find a way to adjust to their environment. Speaking is one of the main language skills and the first thing learned by humans in their lives. Subjects and methods: the target in implementing this Empowerment activity is The target of this community service activity is Teachers and Parents at SLB C Setya Dharma Surakarta and the community. The method used is counseling and training for teachers and the community. The results of the comparative analysis before and after counseling are known with a negative ranking value at  $N = 0$ , mean rank = 0.00 and the number of ranks = 0.00. While the results of the analysis are known to be the Asymp.Sig. Sig (2 tailed) = 0.00, which means there is an increase in counseling comparison before and after counseling. Empowerment of teachers and parents of students in the Detection and Intervention of Phonological Articulation Disorders in Children, has been implemented at SLB C, Setya Dharma Surakarta, attended by 50 teachers and parents of students of SLB C Setya Dharma Surakarta which was implemented in 4 stages, namely land exploration, permit management, training counseling and evaluation.

**Key Word:** articulation and phonology disorders, SLB C, Setya Darma Surakarta.

### Abstrak

Anak dengan masalah keterlambatan bicara tentu akan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Meskipun sulit, anak dengan keterlambatan bicara pasti akan menemukan cara agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Berbicara menjadi salah hal penting dalam kehidupan manusia, karena dengan berbicara manusia dapat berkomunikasi dengan orang lain. Sasaran dalam pelaksanaan kegiatan Pemberdayaan ini adalah Sasaran kegiatan pengabmas ini adalah Guru dan Orang tua di SLB C Setya Dharma Surakarta dan masyarakat. Metode yang digunakan adalah dengan penyuluhan dan pelatihan pada guru dan masyarakat. Hasil analisis perbandingan sebelum dan sesudah penyuluhan diketahui dengan nilai negatif ranks pada  $N=0$ , mean renks=0.00 dan sum of ranks=0.00. Sedangkan hasil analisis diketahui nilai Asymp.Sig. Sig (2 tailed) = 0.00, yang artinya da peningkatan penyululuhan perbandingan sebelum dan sesudah penyuluhan. Pemberdayaan guru dan orang tua siswa dalam Deteksi dan Intervensi Gangguan Artikulasi Fonologi pada Anak, telah dilaksanakan di SLB C, Setya Dharma Surakarta, di ikuti oleh 50 orang peserta yang terdiri dari guru dan orang tua siswa SLB C Setya Dharma Surakarta yang dilaksanakan 4 tahap yaitu penjajagan lahan, pengurusan ijin, penyuluhan pelatihan dan evluasi.

**Kata kunci :** gangguan artikulasi dan fonologi, SLB C, Setya Darma Surakarta.

## A. PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah anak yang berusia 0 tahun hingga usia 8 tahun. Usia dini merupakan usia keemasan (*golden age*) dalam perolehan bahasa, anak ini banyak mengalami pertumbuhan perkembangan yang pesat untuk belajar bahasa dan bicara. Perkembangan bahasa pada anak usia dini sangat penting karena dengan bahasa sebagai dasar kemampuan seorang anak akan dapat meningkatkan kemampuan-kemampuan yang lain. Kemampuan menerapkan ide-ide yang dimilikinya untuk mengembangkan kemampuan bahasa anak. Memberikan contoh penggunaan bahasa dengan benar, menstimulasi perkembangan bahasa dan kemampuan bicara yang benar pada anak dengan berkomunikasi secara aktif (Mahmudah, 2018).

Masalah gangguan tumbuh kembang anak semakin sering dijumpai pada anak-anak belakangan ini, seperti keterlambatan perkembangan motor halus dan kasar, berbicara, kognisi, personal, kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari, serta sosial dan masalah artikulasi. Semakin lama jumlah anak yang mengalami gangguan tersebut semakin bertambah, hal ini terbukti dengan data yang didapatkan dari penelitian di klinik khusus tumbuh kembang (Sari, 2022).

Beberapa jenis keterlambatan perkembangan umum, keterlambatan perkembangan bicara termasuk sebagai salah satunya. Anak dengan masalah keterlambatan bicara tentu akan sulit menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Meskipun sulit, anak dengan keterlambatan bicara pasti akan menemukan cara agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Studi faktor risiko untuk keterlambatan bicara dan bahasa menunjukkan hasil yang tidak konsisten, sehingga *The US Preventive Services Task Force* tidak dapat mengembangkan daftar faktor risiko tertentu untuk memandu dokter perawatan primer dalam penyaringan selektif. Berbicara merupakan salah satu kemampuan utama dan yang pertama kali dipelajari oleh

manusia dalam hidupnya. Semenjak seorang bayi dilahirkan ia sudah belajar menyuarakan lambang bunyi bicara melalui tangisan untuk berkomunikasi dengan lingkungannya. Suara tangisan itu menandakan adanya potensi dasar kemampuan berbicara dari seorang anak yang perlu diotimalkan lebih lanjut oleh lingkungan dan keluarga melalui berbagai latihan dan pembelajaran. Orang akan merasa sedih dan gelisah apabila anaknya lahir tanpa suara tangisan. Orang akan lebih sedih lagi jika anaknya tumbuh dewasa tanpa memiliki kemampuan bicara secara lisan. Perkembangan berbicara merupakan suatu proses yang menggunakan bahasa ekspresif dalam membentuk arti (Pakpahan, 2020).

Menurut (Wibawati et al., 2022) berbicara merupakan suatu kemampuan untuk mengucapkan bunyi-bunyi atau kata-kata untuk mengekspresikan, menyatakan serta menyampaikan pikiran, gagasan dan perasaan. Menurut (Tyler, 2008) bahwa “Gangguan berbicara merupakan salah satu penyebab gangguan perkembangan yang paling sering ditemukan pada anak-anak pada saat ini. Gangguan ini semakin semakin meningkat pesat di masyarakat seiring dengan perkembangan dan kemajuan teknologi. Penyebab gangguan berbicara ini sangat banyak dan luas salah satu diantara penyebab gangguan bahasa dan bicara pada anak adalah pola asuh orang tua yang terlalu dini memberikan mainan yang kurang menstimulus perkembangan dan bicara anak, seperti gadget atau menonton TV yang berlebihan sehingga anak menjadi pasif dan kurang berkembang kosa katanya. Beberapa laporan menyebutkan angka kejadian gangguan berbicara dan bahasa berkisar 5-15% pada anak disekolah”. Menurut (Preston et al., 2015).

Gejala-gejala gangguan bicara dapat terlihat dari berbagai bentuk misalnya bicara tidak jelas, pemahaman yang tidak memadai dengan usianya, kosa kata yang terlambat dan tidak mendengar bicara orang lain, tidak terdengar jelas, secara vokal terdengar tidak enak, terdapat kesalahan pada bunyi-bunyi tertentu, berbicara dengan sulit, kekurangan

ritme dan nada, terdapat penyimpangan gramatikal, tidak sesuai dengan umur, jenis kelamin, dan perkembangan fisik pembicara, dan terlihat tidak menyenangkan bila berbicara. Ada beberapa faktor yang diduga menjadi penyebab gangguan berbicara tersebut yakni gangguan pendengaran, kelainan organ bicara, teknik pengajaran yang salah dan sikap orang tua atau orang lain dirumah yang tidak menyenangkan (Waring & Knight, 2013).

## B. PELAKSANAAN DAN METODE

Pelaksanaan pengabmas dilakukan melalui pendekatan *observasional evaluation*, yaitu melakukan penyuluhan dan pelatihan kemudian dilakukan evaluasi tingkat pemahaman peserta pengabmas dengan menggunakan kuesioner *evaluation*. Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu tahap pertama identifikasi kebutuhan, identifikasi potensi dan kelemahan yang ada, menentukan jalan keluar dan kegiatan yang akan dilakukan, dan membuat pengorganisasian kegiatan. Kegiatan tahap pertama dimulai dengan survei lapangan. Tahap kedua adalah pengurusan administrasi kegiatan pengabdian masyarakat dilahan, dengan meminta izin dan peninjauan lahan, yang dilakukan pada bulan September 2023. Tahap tiga yaitu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di SLB C Setya Darma Surakarta yang dilaksanakan bulan November 2023. Tahap keempat evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat, untuk mengetahui, pengaruh penyuluhan dan pelatihan pengabmas di masyarakat dan peningkatan pengetahuan pada masyarakat.

Metode yang dilakukan pada pengabmas di SLB C setya Darma Surakarta adalah dengan penyuluhan dan pelatihan pada guru dan orang tua siswa dengan tujuan agar Guru dan orang tua Siswa memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam deteksi dini dan intervensi sederhana pada anak-anak yang mengalami gangguan artikulasi dan fonologi. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan durasi kurang lebih 2 jam, kemudian dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya

jawab selama 30 menit. Untuk sesi pelatihan dilakukan selama 60 menit, dengan menstimulasikan cara penanganan gangguan bahasa dan bicara menggunakan kartu konsep.

## C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabmas di SLB C Setya Darma Surakarta dengan judul “Pemberdayaan guru dan orang tua siswa SLB C Setya Darma Surakarta dalam upaya Deteksi dan Intervensi Gangguan Artikulasi Fonologi pada Anak”, dilaksanakan pada hari Jum’at, 3 November 2023 Pukul 09.00 WIB sampai selesai bertempat di Ruang Auditorium Masedar SLB C Setya Darma Surakarta.



Gambar 1. Sesi penyuluhan dan pelatihan

Hasil kegiatan pelaksanaan pengabmas adalah sebagai berikut: Pelaksanaan pengabmas di di SLB C Setya Darma Surakarta diikuti oleh seluruh Guru SLB C Setya Dharma sebanyak 15 orang dan orang tua Siswa sebanyak 35 orang, jadi total sebanyak 50 orang. Penyampaian materi dilakukan oleh Bapak Sudarman, SST TW, .SKM, MPH dan bapak Roy Romey Daulas Mangunsong, SST TW, .SKM, MPH dan dibantu oleh 4 orang dari mahasiswa.

Dalam pelaksanaan pengabmas, antusias peserta mengikuti pelatihan cukup baik, hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan dan diskusi yang menarik dari para peserta pelatihan.

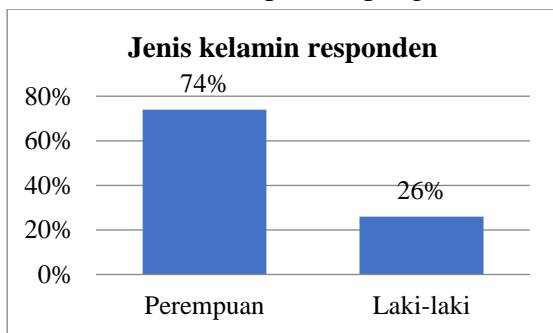


Gambar 2. Sesi Tanya jawab dengan orang tua siswa

Berikut merupakan data hasil analisis deskriptif,

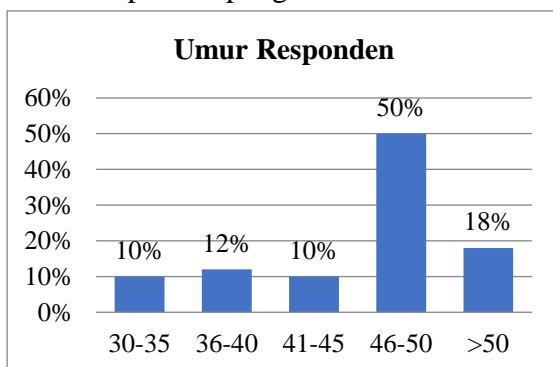
1. Karakteristik peserta pengabmas

a. Jenis kelamin peserta pengabmas



Tabel diatas menunjukkan bahwa responden berjenis laki-laki sebanyak 13 orang (26,0%) dan berjenis perempuan sebanyak 37 orang (74.0%). Sehingga jenis kelamin responden yang dominan dalam pengabmas ini adalah perempuan.

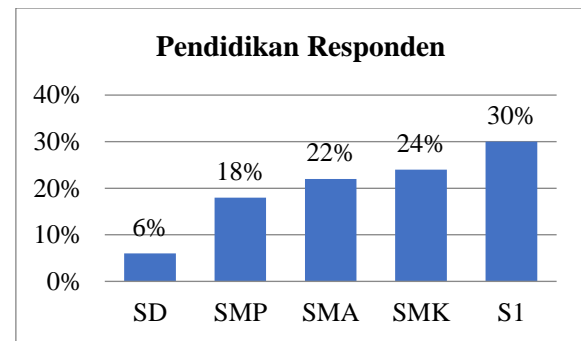
b. Umur peserta pengabmas



Tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang berumur 30-35 tahun sebanyak 5 orang (10,0%) dan berumur 36-40 tahun sebanyak 6 orang (12.0%), yang berumur 41-45 tahun sebanyak 25 orang (50.0%) Sedangkan yang

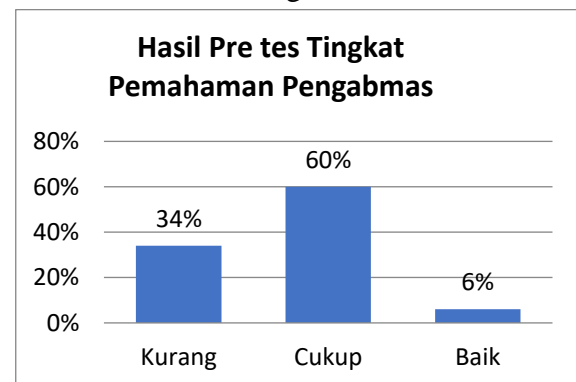
berumur lebih dari 50 tahun sebanyak 9 orang (18.0%) Sehingga umur responden yang dominan dalam pengabmas ini adalah umur 46-50 tahun sebanyak 25 orang (50%).

c. Pendidikan peserta pengabmas



Tabel diatas menunjukkan bahwa responden yang berpendidikan SD sebanyak 3 orang (6,0%) yang berpendidikan SMP sebanyak 9 orang (18.0%), yang berpendidikan SMA sebanyak 11 orang (22.0%) yang berpendidikan SMK sebanyak 12 orang (24.0%), Sedangkan yang berpendidikan S1 sebanyak 15 orang (30.0%) Sehingga pendidikan responden yang dominan dalam pengabmas ini adalah SMK sebanyak 12 orang (24.0%).

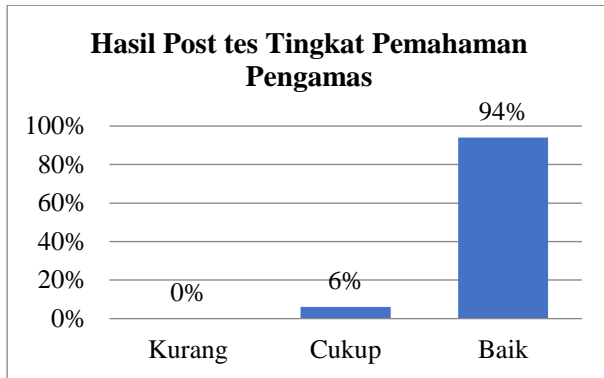
2. Hasil Pre tes Tingkat Pemahaman



Berdasarkan Tabel diatas diperoleh hasil informasi pada sebelum (Pre-test) penyuluhan pengabmas bahwa dari 50 responden, skor paling rendah yaitu sebanyak 1 responden (2.0%) dan skor paling tinggi sebanyak 17 responden (34.0%). Nilai tertinggi adalah 17 responden (34.0%), hal ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta pengabmas

tentang gangguan artikulasi dan fonologi masih rendah

**3. Hasil Post tes Tingkat Pemahaman**



Berdasarkan Tabel diatas diperoleh hasil informasi pada sesudah (Post-test) penyuluhan pengabmas bahwa dari 50 responden, skor paling rendah yaitu sebanyak 1 responden (2.0%) dan skor paling tinggi sebanyak 27 responden (54.0%). Nilai tertinggi adalah 27 responden (54.0%), hal ini menunjukkan bahwa tingkat pemahaman peserta pengabmas tentang gangguan artikulasi dan fonologi setelah mendapatkam materi penyuluhan cukup baik dan terjadi peningkatan kemampuan pengetahuannya.

**4. Analisis hasil tingkat pemahaman peserta pengabmas**

		Ranks		
		N	Mean	Sum of Rank Ranks
	Negative Ranks	0 <sup>a</sup>	.00	.00
Post-test	Positive Ranks	46 <sup>b</sup>	23.50	1081.0
Pre-test				0
	Ties	4 <sup>c</sup>		
	Total	50		

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa nilai Negative Ranks atau selisih (negatif) antara hasil penilaian sebelum penyuluhan (Pre-test) dengan hasil penilaian sesudah penyuluhan (Posttest) adalah 0, baik pada nilai N, nilai Mean rank maupun pada sum of ranks. Nilai 0 ini menunjukkan tidak

adanya penurunan (pengurangan) dari nilai Pretest dan nilai posttest.

Berdasarkan nilai Positif ranks atau selisih (positif) antara hasil penilaian sebelum penyuluhan (pretest) dan nilai sesudah penyuluhan (posttest) dari 50 responden memiliki nilai positif yang artinya semua responden mengalami peningkatan hasil penyuluhan dilihat dari nilai pretest dan posttest, nilai mean ranks atau rata-rata peningkatan sebesar 23.50, sedangkan jumlah rangkang positif atau sum of ranks sebesar 1081.00. Sedangkan berdasarkan nilai Ties, pada pre-test dan post-test adalah 4, sehingga dapat dikatakan bahwa tidak ada nilai sama antara nilai pre-test dan post-test.

**Test Statistics**

	Post-test - Pre-test
Z	-6.164 <sup>b</sup>
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

a. Wilcoxon Signed Ranks Test  
 b. Based on negative ranks.

Berdasarkan analisis data statistic menggunakan Wilcoxon diketahui bahwa nilai Asymp.Sig (2 tailed) bernilai 0.000, karena nilai lebih kecil dari <0.05 maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan hasil pengabmas untuk Pre-test dan post-test. Dari hasil pengabmas tersebut dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman peserta pengabmas di SLB Stya Dharma menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan tentang deteksi dini dan intervensi gangguan artikulasi dan fonologi pada orang tua dan guru sekolah.

**D. PENUTUP**

**Simpulan**

Pemberdayaan Kader Kesehatan dalam upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan deteksi dini gangguan artikulasi dan fonologi pada guru dan orang tua di SLB C Setya Darma Surakarta dapat terlaksanakan dengan baik dan lancar, kegiatan dilaksanakan

sebanyak 4 tahap yang meliputi kegiatan peninjauan lahan, pengurus perijinan, penyuluhan dan evaluasi dan konsultasi. Peserta penyuluhan dan pelatihan cukup antusias dalam mengikuti kegiatan, hal ini terbukti dari banyaknya pertanyaan yang diajukan oleh para peserta, sehingga peserta merasa cukup jelas dan puas dengan penyuluhan ini, dan kegiatan ini akan dilanjutkan pada periode pengabmas selanjutnya.

### Saran

Bagi para Guru dan orang tua siswa SLB C Setya Darma Surakarta agar senantiasa meningkatkan pengetahuan dan pengalamannya tentang gangguan artikulasi agar dapat melakukan deteksi dini gangguan artikulasi anak. Bagi Sekolah SLB C Setya Darma Surakarta, agar sering melakukan pelatihan kepada guru dan orang tua siswa untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dengan menjalin kerjasama dengan institusi pendidikan di sekitar solo raya

### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala Sekolah SLB C Setya Darma Surakarta, yang telah memberikan izin dan memfasilitasi terselenggaranya kegiatan penyuluhan dan pelatihan Guru dan orang tua siswa di SLB C Setya Dharma. Seluruh Guru dan orang tua Siswa yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini. Serta kepada Direktur Politeknik Kesehatan Surakarta, yang telah memberikan izin dalam pelaksanaan pengabmas ini

### E. DAFTAR PUSTAKA

Mahmudah, K. (2018). Optimalisasi Kecerdasan Verbal Linguistik Anak Usia Dini Dalam Pembelajaran Melalui Media Audio Visual Di Tk Islam Ta'allumul Huda Bumiayu Tahun. *Journal of Chemical Information and Modeling*,

53(9), 1689–1699. [https://eprints.uinsaizu.ac.id/5192/1/COVER\\_BAB\\_I\\_BAB\\_V\\_DAFTAR\\_PUSTAKA.pdf](https://eprints.uinsaizu.ac.id/5192/1/COVER_BAB_I_BAB_V_DAFTAR_PUSTAKA.pdf)

Pakpahan, S. (2020). Penyuluhan dan Pelatihan Stimulasi Periode Emas Anak 1000 HPK di Wilayah Puskesmas Sipoholon, Kabupaten Tapanuli Utara Tahun 2019. *Jurnal Nasional Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 125–131. <https://doi.org/10.47747/pengabdiankepadasasyarakat.v1i1.106>

Preston, J. L., Irwin, J. R., & Turcios, J. (2015). Perception of Speech Sounds in School-Aged Children with Speech Sound Disorders. *Seminars in Speech and Language*, 36(4), 224–233. <https://doi.org/10.1055/s-0035-1562906>

Sari, M. V. (2022). Kajian Psikolinguistik Terhadap Gangguan Mekanisme Berbicara pada Anak Usia 7 Tahun. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 10563–10569.

Tyler, A. A. (2008). What works: Evidence-based intervention for children with speech sound disorders. *Seminars in Speech and Language*, 29(4), 320–330. <https://doi.org/10.1055/s-0028-1103396>

Waring, R., & Knight, R. (2013). How should children with speech sound disorders be classified? A review and critical evaluation of current classification systems. *International Journal of Language and Communication Disorders*, 48(1), 25–40. <https://doi.org/10.1111/j.1460-6984.2012.00195.x>

Wibawati, R. W., Sudrajad, K., & Nugroho, S. (2022). *Proportion Estimation Of Sd Low Class Students Age 6 To 7 Years That Have Articulation Errors Jebres Surakarta*. 1(1), 1–10.

## PENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU TENTANG PENCEGAHAN *STUNTING* MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN DI DUSUN 3 DESA PASIR GOMBONG KABUPATEN BEKASI

Monika Distiana Putri<sup>1</sup>, Mujtahidah Imtisalillah<sup>2</sup>, Ika Kania Fatdo Wardani<sup>3</sup>, Yulianti<sup>4</sup>, Hajar Nur Fathur Rohmah<sup>5</sup>, Dewita Rahmatul Amin<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Medika Suherman

Email: [mujtahidahimtisalillah@gmail.com](mailto:mujtahidahimtisalillah@gmail.com)

Received: 7 October 2024; Revised: 7 October 2024; Accepted: Revised: 26 November 2024

### Abstract

According to the World Health Organization (WHO), in 2020, 21.3% or 144 million children under five were stunted. Stunting is a problem that needs to be handled seriously where stunting occurs throughout the world. Stunting is a condition where growth is impaired or height is not appropriate for age. The aim of the research was to measure the effect of participatory counseling on preventing stunting among mothers in Hamlet III, Pasir Gombong Village, North Cikarang District, Bekasi Regency. This research is a pre-experimental research with a pretest-posttest one group design. The population used in this research were all mothers who had babies and toddlers in Hamlet III, Pasir Gombong Village, North Cikarang District, Bekasi Regency in 2024, totaling 354 people. The sample in this study amounted to 75 people using non-probability sampling technique with purposive sampling type. This research instrument uses a questionnaire. The results of statistical test analysis using the Wilcoxon Signed Rank Test showed  $p\text{-value} = 0.000$ . It can be concluded that the results of this study show that there is an effect of increasing the average value of mothers' knowledge about stunting prevention before and after health education.

**Keywords:** *stunting, knowledge, health education.*

### Abstrak

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020 menyatakan anak balita yang mengalami stunting sebesar 21,3% atau sebanyak 144 juta. Stunting merupakan masalah yang perlu ditangani secara serius dimana stunting ini terjadi diseluruh dunia. Tujuan penelitian untuk mengukur pengaruh penyuluhan tentang pencegahan *stunting* pada ibu di Dusun III Desa Pasir Gombong. Penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimental dengan menggunakan pretest dan posttest one grup design. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Ibu yang memiliki bayi dan balita di Dusun III Desa Pasir Gombong tahun 2024 yang berjumlah 354 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 75 orang menggunakan tehnik non-probability sampling dengan jenis purposive sampling. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner. Hasil analisis uji statistic dengan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test didapatkan  $p\text{-value}=0,000$ . Dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh dengan meningkatnya nilai rata-rata pengetahuan ibu tentang pencegahan stunting sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan kesehatan.

**Kata kunci:** *stunting, pengetahuan, penyuluhan kesehatan.*

## A. PENDAHULUAN

*Stunting* merupakan masalah yang perlu ditangani secara serius dimana *stunting* ini terjadi diseluruh dunia. *Stunting* adalah keadaan gangguan pertumbuhan atau tinggi badan tidak sesuai dengan umur. Pada 1.000 hari pertama merupakan usia emas bayi tetapi masih banyaknya balita yang mengalami masalah gizi. *Stunting* jika tidak segera ditangani akan berdampak pada kehidupan kedepannya baik di usia anak - anak, remaja sampai dewasa (Kania & Wardani, 2022).

Masa depan anak ditentukan oleh kondisi kesehatan pada saat ini, sehingga diperlukan upaya yang optimal dalam meningkatkan kualitas hidup anak. Pada anak usia 0-18 tahun kebutuhan dasar pola asuh, asih, asuh sangat mempengaruhi tumbuh kembang anak (Yulianti, 2023).

Masalah kurang gizi pada balita terjadi karena rendahnya pemberian ASI eksklusif tidak diberikan sampai bayi usia 6 bulan dan pemberian MPASI tidak memenuhi kebutuhan gizi bayi dimana kebutuhan gizi tersebut untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi sehingga masalah *stunting* dapat dicegah (Kaimarehe et al., 2024).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2020 menyatakan anak balita yang mengalami gizi lebih atau obesitas sebesar 5,7% sedangkan balita yang mengalami gizi kurang dan gizi buruk sebesar 6,7% serta balita yang mengalami malnutrisi kronik atau *stunting* sebesar 22,2% atau berjumlah 149,2 juta (Kementrian Kesehatan RI, 2022). Dan berdasarkan data Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2021 sebesar 24,4% angka tersebut masih tergolong tinggi (>20%) berdasarkan kriteria WHO (Kementrian Kesehatan RI, 2022). Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi pada tahun 2021 menunjukkan prevalensi balita yang mengalami gizi kurang sebesar 3,1% dan balita yang mengalami gizi buruk sebesar 0,2% (Dinas Kesehatan Kab. Bekasi, 2021).

Hasil pre-survey yang dilakukan di Dusun 3 Desa Pasir Gombang pada bulan Juni

tahun 2024, terdapat balita yang mengalami *stunting* berjumlah 10 anak. Untuk menekan jumlah masalah *stunting* pemerintah menggalakkan upaya gerakan Nasional pencegahan *stunting* dengan melakukan kerjasama kemitraan multi sektor (Nisa, 2018).

Pengetahuan ibu mengenai kebutuhan gizi anak sangat penting dalam upaya pencegahan *stunting*. Hal tersebut dikarenakan ibu yang memiliki pengetahuan yang baik akan mencukupi kebutuhan gizi harian anak dengan memperhatikan jenis makanan yang diberikan dan jadwal pemberian makan anak (Kania & Wardani, 2022).

Agar pesan penyuluhan kesehatan dapat tersampaikan dengan lebih efektif kepada sasaran dan dipastikan dapat dipahami oleh mereka, maka media dapat dilakukan dengan cara yang memudahkan masyarakat dalam memahami penyuluhan kesehatan. Dari beragamnya media penyuluhan, media audio visual menawarkan kemampuan yang unggul karena fakta bahwa media audio visual menggabungkan dua jenis media yang berbeda yaitu berupa pendengaran dan penglihatan.

Berdasarkan data yang diperoleh sehingga penulis tertarik melakukan penyuluhan dengan tujuan agar para ibu yang memiliki bayi dan balita dapat mengetahui mengenai *stunting* dan cara pencegahan serta cara penanganan *stunting*.

## B. PELAKSANAAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah pre eksperimen dengan menggunakan pretest dan posttest one grup design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu yang memiliki bayi dan balita di Dusun III Desa Pasir Gombang pada tahun 2024 yang berjumlah 354 orang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 75 orang yang dimana jumlah ibu yang hadir dalam acara penyuluhan. Penyuluhan kesehatan dilakukan pada hari Selasa, 09 Juli 2024 bertempat di lingkungan Dusun III Desa Pasir Gombang.

Variabel pada penelitian ini variabel independent (Pengaruh penyuluhan) dan

variabel dependen (pengetahuan ibu). Data Pengetahuan diambil dengan menggunakan kuesioner yang dilakukan sebanyak 2x yaitu pre-test dan post-test untuk bisa mengukur perbedaan nilai pengetahuan Ibu yang memiliki bayi dan balita saat sebelum diberikan intervensi dan sesudah diberikan intervensi. Data dianalisis dengan univariat dengan menghitung distribusi frekuensi pengetahuan Ibu yang memiliki bayi dan balita di Dusun III Desa Pasir Gombang menggunakan uji statistic dan bivariat menggunakan Uji Wilcoxon Signed Rank Test.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Pengetahuan Responden Sebelum dan Sesudah Dilakukan Penyuluhan

Kategori	Kelompok			
	Pre-test		Post-test	
	F	%	f	%
Kurang	61	81%	5	7%
Cukup	9	12%	21	28%
Baik	5	7%	49	65%
Total	75	100%	75	100%

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan (pre-test) kategori pengetahuan baik mengenai pencegahan stunting dari 75 responden 5,8%, setelah diberikan pendidikan kesehatan (post-test) kategori pengetahuan baik tentang pencegahan stunting menjadi 65,1%.

Faktor lain yang menyebabkan hal ini diluar pemberian penyuluhan kesehatan adalah faktor lingkungan dan pengalaman individu itu sendiri. Lingkungan memiliki dampak pada bagaimana individu dalam pengaturan itu mengasimilasi pengetahuan. Ini terjadi sebagai akibat dari interaksi timbal balik, baik positif maupun negatif, yang masing-masing orang akan mengartikannya sebagai pengetahuan (Nurlinda, 2021)

Pada hakikatnya penyuluhan merupakan suatu kegiatan memberikan informasi mengenai kesehatan yang bertujuan

untuk mengubah pola pikir dan perilaku masyarakat yang lebih baik (Richard, 2021).

Bagi peneliti pengetahuan ibu balita tentang gizi seimbang memberikan manfaat yang baik apalagi bila diperbaharui dan diteruskan. Upaya penanggulangan stunting serta perbandingan nilai pengetahuan saat pre-test dan nilai post-test cerminan bahwa pentingnya peningkatan pengetahuan ibu balita melalui penyuluhan (Parwati, 2023).

#### Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu yang memiliki bayi dan balita di Dusun III Desa Pasir Gombang Kecamatan Cikarang Utara Kabupaten Bekasi

Variabel	Pre-test		Post-test		p-value
	Mean	Sd	Mean	Sd	
Pengetahuan	8,03	2,72	14,5	2,36	0,00
n		0	6	4	

Hasil penelitian ini menyatakan terdapat pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan Ibu yang memiliki bayi dan balita dengan  $p\ value = 0,000 (<0,05)$  Nilai rata-rata responden juga meningkat yang berarti ada peningkatan pengetahuan Ibu tentang pencegahan *stunting*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Andriani, 2020) menyebutkan bahwa penyuluhan kesehatan dengan media audio visual mempermudah orang dalam menyampaikan dan menerima materi, waktu dapat diefisienkan.

Oleh karena itu, sangat penting untuk mempromosikan penyuluhan kesehatan untuk mengembangkan pemahaman masyarakat tentang bagaimana menjaga dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri, keluarga mereka, dan masyarakat (Rohmah & Simanjuntak, 2020).

Media pembelajaran adalah suatu alat yang digunakan untuk proses belajar mengajar untuk memudahkan dalam memberikan informasi dan dapat diterima dengan mudah dan tepat. Media pembelajaran dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang dapat

menyampaikan dan menyalurkan pesan dari sumber dengan sengaja untuk menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dimana penerimanya dapat melaksanakan proses pembelajaran dengan makasimal (Rahmatul Amin, 2024)

Penyuluhan kesehatan dilakukan pada bulan Juli 2024. Metode penyuluhan ini seperti ceramah dimana ada interaksi dua arah sehingga responden dapat aktif dalam memahami materi yang diberikan. Alat bantu penyuluhan yang digunakan yaitu media Audio Visual. Dari beragamnya media penyuluhan kesehatan, media audio visual menawarkan kemampuan yang unggul karena fakta bahwa media audio visual menggabungkan dua jenis media yang berbeda yaitu berupa pendengaran dan penglihatan.

#### D. PENUTUP

##### Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian tentang Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Stunting Pada Ibu Yang Memiliki Bayi & Balita Di Dusun 3 Desa Pasir Gombang, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan terhadap peningkatan pengetahuan Ibu yang memiliki bayi dan balita di Dusun III Desa Pasir Gombang.

##### Saran

Diharapkan pemerintah dan tenaga kesehatan dapat bekerjasama dalam menangani dan mencegah permasalahan *stunting* ini supaya masalah *stunting* tidak lagi terus meningkat.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, D. A. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Audio visual Terhadap Pengetahuan dan Sikap Anak. *Unair*, 7(2), 65–72.
- Dinas Kesehatan Kab. Bekasi. (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Bekasi Tahun 2020. *Dinas Kesehatan Kabupaten*

Bekasi, 2013–2015. <https://diskes.jabarprov.go.id/informasipublik/unduh/blJkd2IUQzI3VC9sTXpBejZBdndXZz09>

- Kaimarehe, Y., Pongoh, A., & Sorong, P. K. (2024). *Pengaruh Edukasi Menggunakan Media Video Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian MP-ASI Pada Bayi Usia 6-12 Bulan*. 3(2), 1–12.
- Kania, I., & Wardani, F. (2022). *Sosialisasi Pembuatan Makanan Pendamping ASI / MP-ASI (Cupcake Sabu / Sayur Dan Buah) Bagi Ibu Yang Memiliki Balita Guna Mencegah Stunting Di Desa Bantar Jaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2022*. 6(September), 1370–1374.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/1928/2022 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Stunting*. 1–52.
- Nisa, L. S. (2018). *Kebijakan Penanggulangan Stunting Di Indonesia*. 13, 173–179.
- Nurlinda. (2021). *Pengaruh Penyuluhan dengan Media Animasi Pencegahan Stunting terhadap Pengetahuan dan Sikap Calon Pengantin*. 4(3), 372–376.
- Parwati, D. (2023). *ASUHAN KEBIDANAN KOMUNITAS* (S. Antonius Primus (ed.)). FATIMA PRESS.
- Rahmatul Amin, D. (2024). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Reproduksi Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi kesehatan organ genitalnya dan bagaimana remaja*. 4(1).
- Richard, T. S. H. S. D. E. M. L. (2021). *Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Sistem*. 1727–1734.
- Rohmah, H. N. F., & Simanjuntak, H. (2020). *Correlation Between Age and Education With Knowledge of Health Protocol Covid-19 Prevention Among Midwives In Bekasi Regency 2020*. 30(Ichd), 78–80. <https://doi.org/10.2991/ahsr.k.201125.014>

Yulianti. (2023). *Upaya menciptakan kesejahteraan tumbuh kembang anak melalui pendampingan orang tua guna*

*menghindari risiko terjadinya kekerasan pada anak.* 7, 304–308.

## EDUKASI FISIOTERAPI MENGENAI POSTUR DUDUK ERGONOMIC UNTUK MENCEGAH KIFOSIS PADA KOMUNITAS REMAJA SMP NASIONAL MALANG

Melisa Cindy Simbolon<sup>1</sup>, Anita Faradilla Rahim<sup>2</sup>, Anisa Mila Prasetya<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Profesi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

<sup>3</sup>UPT Puskesmas Janti

e-mail: [mlsacindy26@gmail.com](mailto:mlsacindy26@gmail.com)

Received: 27 November 2024; Revised: 9 December 2024; Accepted: 12 December 2024

### Abstract

*Introduction: Kyphosis is a postural disorder commonly experienced by children and adolescents, characterized by an abnormal curvature of the spine that causes the upper back to appear hunched. This condition is increasingly prevalent among students who often sit for long periods without maintaining an ergonomic posture. Objective: The aim of this outreach program was to educate middle school students about kyphosis, particularly its symptoms, causes, and the importance of stretching exercises for prolonged sitting. Method: The program involved 70 participants, all 7th-grade students from SMP Nasional Malang. The method included health promotion on kyphosis using posters and PowerPoint as educational tools. It focused on improving the understanding of 7th-grade students through interactive question-and-answer sessions and providing education on exercises and strategies to prevent kyphosis. A pre-test and post-test questionnaire were used to measure the students' knowledge. Conclusion: The outreach program successfully improved students' understanding. During the pre-test, only 14.3% of students comprehended the basic concepts of kyphosis and the importance of an ergonomic sitting posture. After the program, the post-test results showed a significant improvement, with 95.7% of students demonstrating an understanding of the material and independently practicing preventive exercises.*

**Keywords:** education, community physiotherapy, kyphosis, children and adolescents.

### Abstrak

Kifosis adalah kelainan postur yang banyak dialami anak dan remaja, terjadi akibat kelengkungan abnormal tulang belakang yang menyebabkan punggung atas tampak bungkuk. Kondisi ini semakin umum di kalangan pelajar yang sering duduk lama tanpa postur ergonomis. Penyuluhan bertujuan untuk mengedukasi komunitas anak dan remaja SMP tentang kifosis terutama tentang gejala gejala dan faktor penyebab terjadinya kifosis, serta latihan peregangan untuk duduk dalam waktu yang lama. Penyuluhan ini memiliki 70 sampel yang merupakan siswa kelas 7 SMP Nasional Malang, metode yang dilakukan, berupa promosi kesehatan tentang kifosis, dengan menggunakan poster dan powerpoint sebagai media, dengan tujuan pemahaman remaja SMP kelas 7, melakukan tanya jawab untuk mengetahui informasi tentang kifosis dan mengedukasi dengan latihan-latihan dan penanganan yang bisa dilakukan untuk mencegah kifosis, menggunakan kuisioner *pre-post test*. Penyuluhan berhasil meningkatkan pemahaman siswa, ditunjukkan pada tahap *pre-test*, hanya 14.3% siswa yang memahami konsep dasar kifosis dan pentingnya postur duduk ergonomis. Setelah penyuluhan, hasil *post-test*

menunjukkan peningkatan signifikan, dengan 95.7% siswa memahami materi dan latihan pencegahan secara mandiri.

**Kata Kunci** : edukasi, fisioterapi komunitas, kifosis, anak dan remaja

## A. PENDAHULUAN

Postur duduk merujuk pada posisi tubuh bagian atas yang didukung oleh punggung bawah dan paha dengan gerakan yang terbatas. Duduk adalah posisi yang ideal untuk berbagai aktivitas, seperti menulis, membaca, atau menonton televisi. Dalam beberapa kegiatan, seseorang mungkin perlu mengadopsi berbagai jenis postur duduk, seperti duduk tegak, membungkuk, atau posisi setengah duduk. Namun, banyak orang cenderung memilih posisi membungkuk sebagai postur duduk yang paling umum (Hartanto, 2022; Wahyuddin, 2019).

Kifosis toraks adalah kelainan postur yang umumnya dimulai pada masa remaja, saat fase pertumbuhan berlangsung, dan cenderung memburuk seiring bertambahnya usia. Kondisi ini cukup sering terjadi, memengaruhi lebih dari satu dari lima remaja. Prevalensinya sekitar 15% pada anak usia 11 tahun dan meningkat hingga 38% pada orang dewasa berusia 20 hingga 50 tahun. Peningkatan kelengkungan pada kurva torakal dapat menyebabkan nyeri, gangguan fungsi pernapasan, kerusakan organ dalam, serta memengaruhi penampilan fisik (Rahman et al., 2022; Wahyuddin, 2019; Yang & Yi, 2024).

Secara umum, kifosis sering terjadi pada anak-anak dan remaja, ditandai dengan kelengkungan tulang belakang yang membuat punggung bagian atas tampak bungkuk atau melengkung secara abnormal. Pada individu yang sehat, kelengkungan tulang belakang biasanya berada dalam rentang 25 hingga 45 derajat. Namun, pada penderita kifosis, kelengkungan ini meningkat hingga mencapai 50 derajat atau lebih (Naufal & Wahyuni.H, 2022).

Selama proses pembelajaran di kelas, masalah seperti nyeri punggung, ketegangan

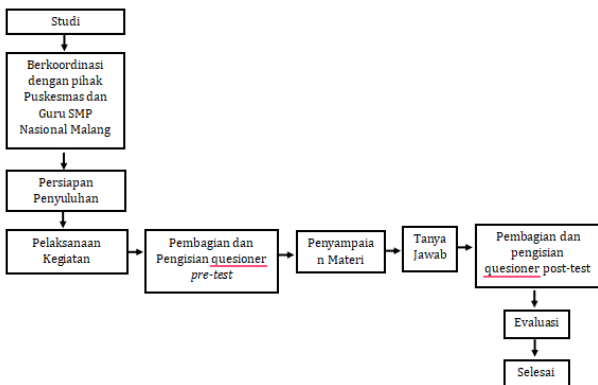
otot, dan perubahan postur sering kali muncul. Beberapa hal penting yang perlu diperhatikan adalah posisi duduk dengan punggung tegak, bahu ditarik ke belakang, lengan dan siku dalam posisi rileks membentuk sudut L dengan siku di samping tubuh, serta kedua kaki sejajar dan menapak di lantai. Posisi duduk yang benar ditandai dengan sedikit rasa pegal pada punggung bawah, karena bagian ini menanggung beban tubuh (Tuhuteru et al., 2021).

Perkembangan kifosis toraks dapat memperburuk kerusakan pada tulang belakang dan memengaruhi postur serta penampilan remaja, yang pada akhirnya berdampak pada kesehatan fisik dan mental mereka (Ismiyasa et al., 2024). Oleh karena itu, pengendalian dan penanganan kifosis toraks sejak usia dini sangat penting. Masalah postur yang sering terjadi di sekolah menengah pertama umumnya disebabkan oleh kurangnya informasi tentang pentingnya menjaga postur selama proses belajar, serta terbatasnya program yang fokus pada pencegahan kelainan postur tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa kelas 7 SMP tentang postur duduk ergonomis dan mencegah kifosis melalui metode edukasi dengan media poster dan presentasi. Efektivitas program dievaluasi menggunakan pre-test dan post-test.

## B. PELAKSANAAN DAN METODE

Penyuluhan dilakukan dalam satu sesi 35 menit, terdiri dari 25 menit presentasi dan 10 menit diskusi. Metode yang digunakan mencakup penjelasan tentang definisi, tanda, gejala, penyebab, efek negatif duduk lama, postur duduk yang benar, dan peregangan untuk mencegah kifosis. Media yang digunakan adalah poster dan PowerPoint.

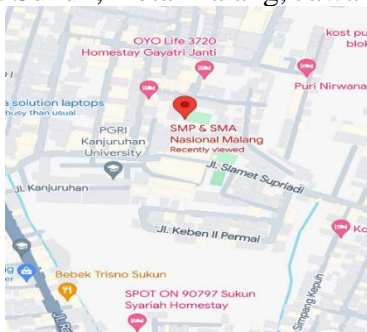
Sebelum penyuluhan, siswa mengisi kuisisioner pre-test selama 5 menit untuk mengukur pemahaman mereka tentang kifosis. Setelah penyuluhan, kuisisioner post-test diberikan selama 5 menit untuk mengukur peningkatan pemahaman. Kuisisioner pre dan post-test kemudian dibandingkan untuk mengevaluasi efektivitas penyuluhan. Sesi diakhiri dengan diskusi dan tanya jawab untuk memperdalam pemahaman siswa.



Bagan 1. Kerangka Kerja Kegiatan Pengabdian

1) Tempat Pelaksanaan

Berikut merupakan lokasi pelaksanaan berdasarkan google maps yang terletak di SMP Nasional Malang yang berada di Jl. Slamet Supriadi No.50, Bandungrejosari, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur



Gambar 1. Lokasi SMP Nasional Malang, Kec. Sukun, Kota Malang

2) Pelaksanaan

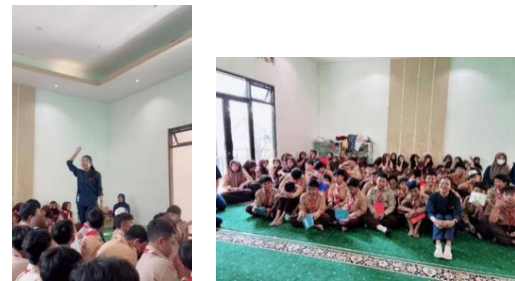
Kegiatan diawali dengan perkenalan diri dan pemberitahuan mengenai pelaksanaan penyuluhan oleh Mahasiswa Profesi Fisioterapi UMM kepada siswa kelas 7 SMP. Setelah itu, penyuluhan dilanjutkan dengan memberikan pengetahuan dan edukasi kepada siswa

terkait kifosis atau kelainan postur punggung bungkuk, yang disampaikan melalui poster dan presentasi. Selain itu, siswa juga diajarkan secara langsung mengenai posisi duduk yang benar, latihan peregangan untuk duduk dalam waktu lama, dan latihan sederhana yang dapat dilakukan di rumah atau di sekolah guna mencegah kifosis.

Dokumentasi Kegiatan



Gambar 2. Pengenalan diri & Pembagian Questioner Pre-Test



Gambar 3. Pelaksanaan Penyuluhan & Sesi Tanya Jawab serta Dokumentasi Bersama



Gambar 4. Media Edukasi Poster



Gambar 5. Power point edukasi Kifosis

No	Pertanyaan	Jawaban			
		PRE-TEST		POST-TEST	
		YA	TIDAK	YA	TIDAK
1.	Apakah Anda pernah mendengar tentang kifosis?				
2.	Apakah Anda tahu bahwa postur duduk yang salah bisa menyebabkan kifosis?				
3.	Apakah Anda merasa bahwa postur duduk Anda selama ini sudah benar?				
4.	Apakah Anda tahu cara duduk yang benar untuk mencegah kifosis?				
5.	Apakah Anda tahu latihan fisik yang dapat membantu memperbaiki postur tubuh untuk mencegah kifosis?				
6.	Apakah Anda bersedia melakukan perubahan gaya hidup (seperti: meningkatkan postur atau berolahraga) untuk mencegah kifosis?				

Tabel 1. Pertanyaan Pengetahuan Tentang Kifosis dan Latihan Fisik

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan pengkajian secara langsung di SMP Nasional Malang pada tanggal 18 oktober 2024. Selanjutnya, kegiatan edukasi tentang pengenalan umum terkait definisi, tanda, gejala, penyebab, efek negatif duduk lama, postur duduk yang benar, dan peregangan untuk mencegah kifosis. Kegiatan dimulai pada jam 07.30 WIB, dan diawali dengan mengajak para siswa untuk melakukan peregangan terlebih dahulu agar pada siswa siswi tetap semangat. Kegiatan dilanjutkan dengan pengisian *pre-test* dan langsung dilanjutkan pemaparan materi disertai tanya jawab dan kuis selama kurang lebih 35 menit. Sesi terakhir adalah pertanyaan *post-test* dan pemberian hadiah.

Kegiatan pengabdian kepada remaja ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman siswa kelas 7 SMP Nasional Malang mengenai postur duduk ergonomis dan

pengecahan kifosis melalui penyuluhan berbasis edukasi dan praktik. Berdasarkan hasil olah data statistik untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman tentang kifosis pada remaja SMP Nasional Malang, di ketahui sebagai berikut :

#### Hasil Pre-Test

Diagram dibawah ini menunjukkan hasil dari 6 pertanyaan yang diberikan kepada 70 siswa SMP sebelum dilakukan penyuluhan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang Kifosis dengan pertanyaan 1 terdapat 10 orang yang menjawab “Ya” dan 60 orang menjawab “Tidak”, pertanyaan 2 terdapat 40 orang menjawab “Tidak” dan 30 menjawab “Ya”, pertanyaan 3 terdapat 46 orang menjawab “Tidak” dan 24 menjawab “Ya”, pertanyaan 4 terdapat 58 orang menjawab “Tidak” dan 12 menjawab “Ya”, pertanyaan 5 terdapat 58 orang menjawab “Tidak” dan 12 menjawab “Ya”, pertanyaan 6 terdapat 42 orang menjawab “Tidak” dan 28 menjawab “Ya”. Kesimpulan yang didapat dari hasil pre-test diatas bahwa komunitas remaja SMP Nasional Malang belum mengetahui tentang Kifosis dan penanganan pada kasus Kifosis, sehingga menandakan adanya kebutuhan untuk memperdalam pemahaman dan pengetahuan mereka mengenai materi yang diuji.

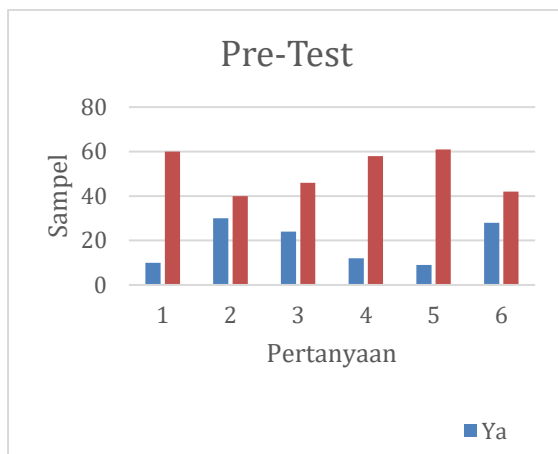


Diagram 1. Hasil Pre-Test

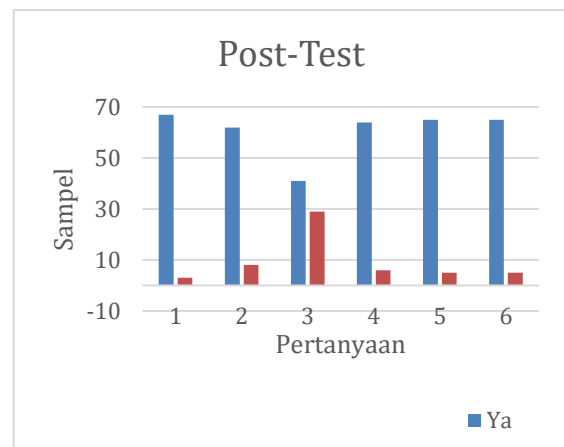


Diagram 2. Hasil Post-Test

### Hasil Post-Test

Berdasarkan hasil yang tertera pada diagram post-test, didapatkan hasil dari 6 pertanyaan yang diberikan kepada 70 siswa SMP sebelum dilakukan penyuluhan dapat disimpulkan bahwa pengetahuan tentang Kifosis dengan pertanyaan 1 terdapat 67 orang yang menjawab “Ya” dan 3 orang menjawab “Tidak”, pertanyaan 2 terdapat 62 orang menjawab “Ya” dan 8 menjawab “Tidak”, pertanyaan 3 terdapat 41 orang menjawab “Ya” dan 29 menjawab “Tidak”, pertanyaan 4 terdapat 64 orang menjawab “Ya” dan 6 menjawab “Tidak”, pertanyaan 5 terdapat 65 orang menjawab “Ya” dan 5 menjawab “Tidak”, pertanyaan 6 terdapat 65 orang menjawab “Ya” dan 5 menjawab “Tidak”. Kesimpulan yang didapat setelah dilaksanakan penyuluhan komunitas remaja SMP Nasional Malang mengetahui tentang Kifosis dan penanganan pada kasus Kifosis. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas metode pengajaran dan penyampaian materi yang baik selama proses kegiatan. Semua siswa-siswi berhasil memahami dan menguasai materi yang diajarkan, yang mengindikasikan bahwa strategi pendidikan yang diterapkan sangat berhasil.

### Pembahasan

Kegiatan pengabdian di SMP Nasional Malang berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang postur duduk ergonomis dan pencegahan kifosis. Sebelum penyuluhan, hasil pre-test menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki pengetahuan yang memadai terkait kifosis. Dari 70 siswa, hanya 10 siswa yang memahami definisi kifosis, dan mayoritas tidak menyadari pentingnya latihan peregangan atau dampak negatif dari duduk dengan postur yang salah.

Setelah pelaksanaan penyuluhan, hasil post-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan. Sebanyak 67 siswa mampu menjelaskan definisi kifosis, dan lebih dari 90% siswa memahami pentingnya latihan peregangan serta postur duduk ergonomis. Penyampaian materi dengan poster dan PowerPoint, serta diskusi interaktif, terbukti menarik perhatian siswa sehingga mereka lebih mudah memahami.

Hasil ini mendukung penelitian sebelumnya, seperti Rahman et al. (2022), yang menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mampu meningkatkan pemahaman peserta. Namun, pendekatan yang digunakan di SMP Nasional Malang lebih efektif karena melibatkan interaksi langsung dan penggunaan media yang menarik.

Selain itu, teori dari Yang dan Yi (2024) menjelaskan bahwa kebiasaan

postur baik harus dibentuk sejak remaja untuk mencegah kifosis. Edukasi disertai latihan sederhana, seperti peregangan, membantu siswa memahami langkah praktis yang bisa dilakukan setiap hari.

Meskipun penyuluhan berjalan dengan baik, terdapat beberapa faktor penghambat yang mempengaruhi efektivitasnya. Keterbatasan waktu yang tersedia dan kurangnya perhatian dari beberapa siswa, terutama di akhir sesi, menjadi tantangan yang perlu diperhatikan. Hal ini dapat mempengaruhi tingkat pemahaman dan keterlibatan siswa dalam materi yang disampaikan

#### D. PENUTUP

##### Simpulan

Kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan di komunitas remaja SMP Nasional Malang, dapat memberikan pengetahuan serta wawasan pada remaja mengenai kifosis sehingga remaja mampu melakukan pencegahan dan penanganan kifosis secara mandiri dengan melakukan peregangan setelah duduk lama, menghindari membawa tas ransel yang terlalu berat. Dalam kegiatan penyuluhan ini masih terdapat beberapa remaja yang belum mengetahui apa itu kifosis dan cara penanganannya. Pada kegiatan kali ini penulis berharap kegiatan penyuluhan ini dapat dilakukan secara rutin di setiap pertemuan komunitas remaja untuk memberikan wawasan dan pencegahan kifosis pada remaja sejak dini.

##### Saran

Media edukasi seperti booklet atau video dapat disediakan untuk siswa dan orang tua. Materi seperti postur ergonomis juga bisa dimasukkan ke dalam kurikulum sekolah. Evaluasi jangka panjang dan melibatkan orang tua serta guru diharapkan dapat mendukung keberlanjutan program. Selain itu, pemanfaatan teknologi perlu dioptimalkan untuk memperluas jangkauan dan meningkatkan efektivitas program.

#### Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada partisipan yang telah bersedia terlibat dalam kegiatan penelitian ini ucapan terimakasih juga disampaikan kepada Ibu Anisa Mila Prasetya, sebagai pembimbing lapangan dari Puskesmas Janti, Kota Malang, atas dukungan penuh dalam menyediakan fasilitas dan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan yang telah dilakukan. Terima kasih khusus juga disampaikan kepada Ibu Anita Faradilla Rahim, atas saran dan bimbingan dalam pelaksanaan kegiatan fisioterapi komunitas yang telah dilaksanakan,

#### DAFTAR PUSTAKA

- Hartanto. (2022). Pengaruh Postur Duduk Membungkuk dalam Menimbulkan Kifosis Postural. *Jurnal Kedokteran Meditek*, 28(2), 207–214. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v28i2.2331>
- Ismiyasa, S. W., Oktarina, M., Dhari, I. F. W., Nazhira, F., & Wahyuningtyas, W. (2024). Pendampingan Anak Sekolah SMP dalam Pemeriksaan Postur Tubuh untuk Mencegah Kelainan Tulang Belakang. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 6(1), 50. <https://doi.org/10.20527/btjpm.v6i1.994>
- Naufal, A. F., & Wahyuni, H. N. I. (2022). Postur Abnormal dan Keseimbangan Pada Anak: Literature Study. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 3(2), 113–119. <https://doi.org/10.23917/fisiomu.v3i2.18040>
- Rahman, I., Zalukhu, A. V., Aulia, A. R., & Fauzian, M. (2022). Sosialisasi Fisioterapi Terhadap Pencegahan Postur Tubuh Yang Buruk Pada Siswa Di SDN Baros Mandiri 4 Kota Cimahi. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Digital (JUPED)*, 1(2), 18–22.

<https://doi.org/https://doi.org/10.20527/btjpm.v5i2.6926>

Tuhuteru, S., Kaiwai, O., Douw, L., Oni, W., Willi, F., Agapa, R., Kogoya, I., Mabel, R., Karoba, M., & Tabuni, I. (2021). J. A . I: Jurnal Abdimas Indonesia. Abdimas Indonesia, 1(2), 26–32. <https://dmi-journals.org/jai/article/view/226>

Wahyuddin. (2019). Menganalisis perbandingan posisi duduk sehari-hari dengan dugaan terjadinya kifosis postural pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. 1–36. <http://repository.uisu.ac.id/handle/123456789/2506>

Yang, S., & Yi, Y. G. (2024). The Effectiveness of Exercise Programs in Adolescents with Thoracic Kyphosis : A Narrative Review. 1–11. <https://doi.org/10.3390/healthcare12151503>

## PROGRAM EDUKASI FISIOTERAPI DALAM MENINGKATKAN PENGETAHUAN DAN MANAJEMEN DISMENORE PADA KOMUNITAS REMAJA PUTRI DI SMP NASIONAL MALANG

Anisya Setya Anggriani Purukan<sup>1</sup>, Anita Faradilla Rahim<sup>2</sup>, Anisa Mila Prasetya<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Program Studi Profesi Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang

<sup>2</sup> Universitas Muhammadiyah Malang

<sup>3</sup> UPT Puskesmas Janti

Email: [anggrianypurukan@gmail.com](mailto:anggrianypurukan@gmail.com)

Received: 27 November 2024; Revised: 5 December 2024; Accepted: 12 December 2024

### Abstract

*Menstrual pain, also known as dysmenorrhea, is a menstrual disorder often experienced by teenagers. This pain appears before menstruation and lasts for two days or during menstruation. This counseling aims to educate adolescent girls about dysmenorrhea and pain management with physiotherapy exercises. The sampling method used a pre-post test questionnaire to determine the sample's understanding of the material provided, with the sample taken at this counseling was 40 7th grade students of National Junior High School Malang. The post-test diagram shows the results of 5 questions given to 40 female students, the results of all female students answering yes to each question. Based on the post-test, it shows the success of this counseling activity in increasing the knowledge of Malang National Junior High School students. The counseling process related to dysmenorrhea went smoothly, so that the young women of SMP Nasional Malang gained understanding and insight related to dysmenorrhea, so that participants were able to minimize the pain felt with the exercises that had been given independently.*

**Keywords:** *dysmenorrhea, exercise, women's community, adolescent girl.*

### Abstrak

Nyeri haid atau juga dikenal sebagai dismenore adalah gangguan menstruasi yang sering dialami remaja. Nyeri ini muncul menjelang menstruasi dan berlangsung selama dua hari atau selama menstruasi. Penyuluhan ini bertujuan untuk mengedukasi remaja perempuan mengenai dismenore dan penanganan nyeri dengan latihan fisioterapi. Metode pengambilan sampel menggunakan kuisioner *pre-post test* untuk mengetahui pemahaman sampel terhadap materi yang diberikan, dengan sampel yang diambil pada penyuluhan ini ialah 40 orang siswi kelas 7 SMP Nasional Malang. Diagram *post-test* menunjukkan hasil dari 5 pertanyaan yang diberikan kepada 40 orang siswi perempuan didapatkan hasil semua siswi menjawab ya pada setiap pertanyaan. Berdasarkan *post-test* menunjukkan keberhasilan kegiatan penyuluhan ini dalam meningkatkan pengetahuan siswi SMP Nasional Malang. Proses penyuluhan terkait dismenore berjalan dengan lancar, sehingga pemahaman dan wawasan para remaja perempuan SMP Nasional Malang terkait dengan dismenore meningkat, sehingga peserta mampu meminimalisir nyeri yang dirasakan dengan latihan yang telah diberikan secara mandiri.

**Kata kunci:** *dismenore, exercise, komunitas wanita, remaja putri.*

## A. PENDAHULUAN

Pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang cepat, yang ditandai dengan perubahan fisik, mental, dan perkembangan organ reproduksi. Masa pubertas disebut sebagai masa perkembangan reproduksi, dan ditandai dengan permulaan menstruasi atau yang disebut menarche (Nurfadillah et al, 2021). Secara biologi, setiap perempuan pasti mengalami menstruasi. Siklus menstruasi ini biasanya terjadi pada usia 12–16 tahun. Siklus ini terjadi secara berkala setiap bulan dengan rentang 28 hari, dengan masa haid antara 3 hingga 7 hari (Ediningtyas, 2019).

Meskipun menstruasi merupakan peristiwa yang wajar dan alami, banyak remaja yang mengalami gangguan menstruasi salah satunya adalah mengalami nyeri saat menstruasi. Keluhan nyeri yang terjadi pada saat menstruasi disebut dismenore (Nurfadillah et al, 2021). Prevalensi dari data yang dikumpulkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan bahwa 1.769.425 wanita, atau 90% dari total wanita, mengalami dismenore. Dismenore umumnya terjadi pada 45–97% wanita di seluruh Eropa, dengan prevalensi terendah di Bulgaria (8,8%) dan tertinggi di Finlandia (94 %). Lebih dari setengah wanita pada usia reproduksi mengalami nyeri haid, yang sering terjadi dalam prevalensi yang beragam. Sedangkan, prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 64,25%, terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Prevalensi dismenore primer cukup tinggi di Indonesia, yaitu 60-75% pada perempuan muda (Rohmawati & Wulandari, 2019).

Adapun cara untuk mengatasi dismenore, terdapat terapi farmakologi dan non farmakologi. Latihan fisik sebagai terapi non-farmakologi untuk mengatasi dismenore, karena latihan fisik dapat merangsang pelepasan endorfin di otak dan susunan saraf tulang belakang yang dikenal sebagai penenang alami, yang membuatnya lebih nyaman dan rileks, sehingga mengurangi nyeri menstruasi (Partiwi et al, 2021). Latihan fisik yang diberikan bertujuan untuk memperkuat

otot-otot yang mengelilingi lumbal dan meningkatkan kesejahteraan dan ketahanan otot. Latihan ini dilakukan di mana otot perut diregangkan untuk meningkatkan kekuatan dan mengencangkan otot. Latihan ini untuk mengatur perut dan meningkatkan kekuatan otot membuat vasodilatasi kapiler darah pada otot permeabilitasnya menjadi meningkat, yang dapat meningkatkan metabolisme dan aliran darah ke rahim.

Selain itu, latihan ini dapat menghasilkan endorfin, yaitu sebuah analgesik non spesifik yang dapat mengurangi frekuensi dan tingkat keparahan nyeri dismenore. Kegiatan pengabdian seperti penyuluhan pada remaja perempuan ini memiliki harapan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terhadap penanganan dismenore sehingga tidak memperparah nyeri yang dialami.

## B. PELAKSANAAN DAN METODE

Metode yang digunakan pelaksanaan penyuluhan ini yaitu dengan *one group pre-post test* dengan remaja perempuan kelas 7 dari SMP Nasional Malang yang berjumlah 40 orang. Lokasi pelaksanaan berada di SMP Nasional Malang yang berada di Jl. Slamet Supriadi No.50, Bandungrejosari, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur. Penyuluhan yang dilaksanakan tanggal 18 Oktober 2024. Sebelum diberikannya edukasi, peserta melakukan *pre-test* berupa mengisi kuesioner mengenai dismenore. Untuk mengetahui seberapa baik peserta memahami materi setelahnya diberikan kembali, peserta diminta untuk mengisi kuesioner *post-test*. Penyuluhan ini menggunakan poster untuk promosi dan *PowerPoint* untuk media pemberian materi.



Gambar 1. Poster Edukasi



Gambar 2. Power point Edukasi

Nama :  
 Umur :  
 Petunjuk. Jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut sesuai dengan pemahaman Anda tentang nyeri haid sebelum dan sesudah penyuluhan.

No	Pertanyaan	Jawaban			
		PRE-TEST		POST-TEST	
		YA	TIDAK	YA	TIDAK
1.	Apakah anda mengetahui apa itu menstruasi?				
2.	Apakah Anda tahu nyeri haid bisa disebabkan oleh hal lain selain menstruasi?				
3.	Apakah Anda tahu kompres hangat dapat mengurangi nyeri haid?				
4.	Apakah Anda tahu berbaring atau mengangkat kaki membantu mengurangi nyeri haid yang Anda rasakan?				
5.	Apakah Anda saat ini sudah memahami jenis latihan fisik yang dapat mengurangi nyeri haid?				

Gambar 3. Kuisiener Pengetahuan Tentang Dismenore dan Intervensi

Pelaksanaan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan materi atau mengedukasi mengenai pengetahuan dismenore dan cara penanganannya dengan media penyuluhan menggunakan poster dan melakukan demonstrasi exercise untuk meringankan nyeri haid yang dirasakan dan diakhiri dengan sesi tanya jawab. Materi penyuluhan berupa definisi, faktor resiko, penanganan dan exercise.

Kegiatan pemberian edukasi fisioterapi

tentang penanganan dismenore pada remaja putri di SMP Nasional Malang ini berjalan baik dan lancar. Penyuluhan yang dilakukan mendapatkan respon yang baik dari peserta yang hadir peserta mendengarkan penyampaian materi. Materi yang disampaikan melingkupi definisi, faktor resiko, penanganan dan exercise. Salah satu penanganan yang diedukasikan ialah kompres hangat. Menurut Shovina et al (2024), pengompresan dengan buli-buli panas secara konduksi, di mana panas dipindahkan dari buli-buli ke tubuh, melebarkan pembuluh darah dan mengurangi ketegangan otot. Kompres hangat juga meningkatkan rasa nyaman. Selain itu, karena wanita mengalami kontraksi rahim dan otot polos, kerja kompres air hangat dapat membantu mengurangi ketegangan otot.

Selain menggunakan kompres hangat, diberikan juga exercise untuk meredakan nyeri haid yang dirasakan. Beberapa exercise yang diberikan antara lain *child's pose*, *bridging*, *seated twist*, *knees to chest*, *butterfly pose*, *leg up the wall pose*. Setiap gerakan exercise ini dilakukan selama 20-30 detik dengan 4 kali pengulangan, dan diikuti dengan *breathing exercise*, dengan cara menarik napas dalam melalui hidung lalu dihembuskan perlahan menggunakan mulut. *Breathing exercise* ini bertujuan untuk merilekskan pikiran dan meningkatkan kapasitas paru.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Diagram di bawah ini menunjukkan 40 peserta dan 5 pertanyaan, menunjukkan hasil dari pre-test yang diberikan pada siswi SMP Nasional Malang didapatkan hasil pertanyaan 1 terdapat 32 orang menjawab tidak dan 8 orang menjawab ya. Pertanyaan 2 terdapat 40 orang menjawab tidak dan tidak ada yang menjawab ya. Pertanyaan 3 terdapat 37 orang menjawab tidak dan 3 menjawab ya. Pertanyaan 4 terdapat 38 orang menjawab tidak dan 2 menjawab ya. Pertanyaan 5 terdapat 40 orang menjawab tidak dan tidak ada yang menjawab ya.

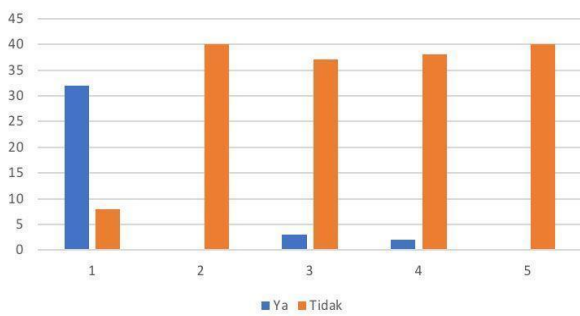


Diagram 1. Hasil Pre-Test

Dari hasil pre-test yang didapatkan menunjukkan pemahaman remaja perempuan kelas 7 di SMP Nasional Malang mayoritas belum memahami tentang dismenore dan penanganannya dengan baik.

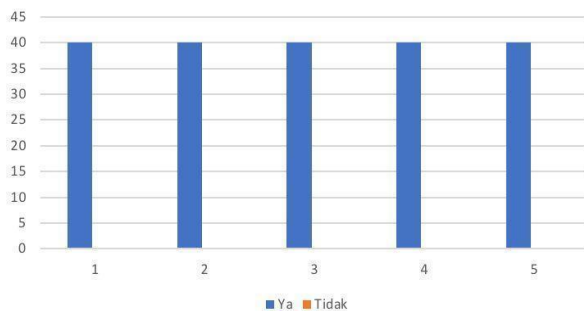


Diagram 2. Hasil Post-Test

Sedangkan pada diagram post-test di atas menunjukkan hasil dari 5 pertanyaan yang diberikan kepada 40 orang siswi perempuan didapatkan hasil semua siswi menjawab ya pada setiap pertanyaan. Berdasarkan hasil dari *post-test* yang diberikan didapatkan pada pertanyaan 1 terdapat 40 orang menjawab ya dan tidak ada yang menjawab tidak. Pertanyaan 2 terdapat 40 orang menjawab ya dan tidak ada yang menjawab tidak. Pertanyaan 3 terdapat 40 orang menjawab ya dan tidak ada yang menjawab tidak. Pertanyaan 4 terdapat 40 orang menjawab ya dan tidak ada yang menjawab tidak. Pertanyaan 5 terdapat 40 orang menjawab ya dan tidak ada yang menjawab tidak. Berdasarkan *post-test* menunjukkan keberhasilan kegiatan penyuluhan ini dalam meningkatkan pengetahuan siswi SMP Nasional Malang.

Dari hasil *post-test* yang didapatkan ini menunjukkan pemahaman siswi yang meningkat setelah diberikan edukasi mengenai dismenore dan cara penanganan nyeri yang dirasakan. Berdasarkan hasil yang didapat dalam kegiatan penyuluhan pada remaja perempuan kelas 7 di SMP Nasional Malang, sebelum dilakukannya penyuluhan terdapat banyak sampel yang belum mengetahui tentang dismenore dalam penanganan nyeri, dan setelah penyuluhan terdapat banyak sampel yang sudah mengetahui tentang dismenore serta penanganan untuk mengurangi nyeri yang dirasakan. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan mengenai dismenore, penanganan, serta latihan fisioterapi pada siswi remaja kelas 7 di SMP Nasional Malang.

#### D. PENUTUP

##### Simpulan

Proses penyuluhan terkait dismenore berjalan dengan lancar sehingga peserta kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada remaja perempuan SMP Nasional Malang mendapatkan dari hasil dari 5 pertanyaan yang diberikan kepada 40 orang siswi perempuan didapatkan hasil semua siswi menjawab ya pada setiap pertanyaan. Berdasarkan hasil yang didapatkan, terjadi peningkatan pemahaman dan wawasan terkait dengan dismenore, faktor resiko dan penanganannya, sehingga peserta mampu meminimalisir nyeri haid yang dirasakan dengan latihan yang telah diberikan secara mandiri.

#### E. DAFTAR PUSTAKA

- Ediningtyas, A. N. (2019). Analisis Faktor Penyebab Dismenore Primer Di Kalangan Mahasiswa Kedokteran FK UNS. <https://doi.org/10.31227/osf.io/c42dh>
- Nurfadillah, H., Maywati, S., & Aisyah, I. S. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswa universitas siliwangi. *Jurnal Kesehatan*

- Komunitas Indonesia, 17(1).  
<https://doi.org/10.37058/jkki.v17i1.3604>
- Partiwi, N., Saleha, S., & Mustary, M. (2021). Efektivitas Senam dismenore Dan abdominal stretching exercise TERHADAP intensitas Nyeri Haid Pada remaja Dismenore Primer. *Jurnal Berita Kesehatan*, 14(1).  
<https://doi.org/10.58294/jbk.v14i1.48>
- Putri, K. N., Andayani, N. L., Griadhi, I. P., & Adiputra, L. M. (2021). Kombinasi pelatihan abdominal stretching exercise dan core strengthening exercise Dapat menurunkan Nyeri Dismenore primer Pada MAHASISWI FISIOTERAPI fakultas Kedokteran universitas udayana. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 10(1), 48.  
<https://doi.org/10.24843/mifi.2022.v10.i01.p09>
- Rohmawati, W., & Wulandari, D. A. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan nyeri Dismenore Primer Pada Siswi di SMA negeri 15 Semarang. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(2), 84.  
<https://doi.org/10.33860/jbc.v2i2.188>
- Shovina, D. S., Darwis, D., & Yulyana, N. (2024). Pengaruh Senam Yoga Dan Kompres Hangat Terhadap tingkat nyeri Dismenore Pada remaja Putri di SMPN 02 Kota Bengkulu. *Jurnal Besurek JIDAN*, 3(1), 24–29.  
<https://doi.org/10.33088/jbj.v3i1.678>
- Widiastuti, U. T., & Setiyabudi, R. (2020). Pengaruh Gerakan yoga child's and animals poses TERHADAP Perubahan Skala nyeri Dismenore Pada mahasiswi. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(2).  
<https://doi.org/10.30651/jkm.v5i2.5065>

## PENINGKATAN PENGETAHUAN KOMUNITAS FUTSAL SMP NASIONAL MALANG MENGENAI METODE PRICE DALAM PENANGANAN CEDERA

Fatmarianni<sup>1</sup>, Anita Faradilla Rahim<sup>2</sup>, Anisa Mila Prasetya<sup>3</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Profesi Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang

<sup>3</sup>UPT Puskesmas Janti

e-mail: [ftmrianni@gmail.com](mailto:ftmrianni@gmail.com)

Received: 27 November 2024; Revised: 5 December 2024; Accepted: 12 December 2024

### Abstract

*Athletes at the high school, college, and higher levels often face pressure regarding their competitive abilities. Those who experience this pressure are frequently at risk of injuries due to engaging in activities that exceed their previous levels, such as intense training. The aim of this outreach program is to educate the futsal community about first aid for injuries. This outreach involved 13 participants from the SMP Nasional Malang futsal community. The methods used included health promotion regarding first aid for injuries, utilizing PowerPoint presentations and posters to enhance participants' understanding. We assessed their knowledge of injury management using pre- and post-test questionnaires. The outreach process ran smoothly, resulting in participants from the SMP Nasional Malang futsal community gaining a better understanding of the PRICE method for first aid management of injuries. Consequently, participants are now equipped to independently apply the PRICE method for initial injury care*

**Keywords:** *futsal community, price, counseling.*

### Abstrak

Atlet pada sekolah menengah, perguruan tinggi dan tingkat yang lebih tinggi sering kali mendapatkan penekanan pada kemampuan mereka untuk bersaing, atlet yang mengalami ini biasanya mengalami cedera karena melakukan aktivitas melampaui aktivitas sebelumnya seperti berlatih. Penyuluhan bertujuan untuk mendukasi komunitas futsal mengenai penanganan pertama cedera. Penyuluhan ini memiliki 13 sampel yang merupakan peserta komunitas futsal SMP Nasional Malang, metode yang dilakukan penyuluhan ini berupa promosi kesehatan mengenai penanganan pertama cedera menggunakan power point dan poster dengan tujuan pemahaman peserta komunitas, mengetahui pemahaman penanganan cedera pada peserta komunitas futsal menggunakan kuisisioner *pre-posttest*. Proses penyuluhan berjalan dengan lancar sehingga peserta Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada komunitas futsal SMP Nasional Malang mendapatkan pemahaman dan wawasan terkait dengan metode PRICE untuk penanganan pertama cedera, sehingga peserta mampu melakukan metode PRICE ini untuk penanganan pertama cedera secara mandiri dan mampu melakukannya

**Kata kunci:** komunitas futsal, *price*, penyuluhan.

## A. PENDAHULUAN

Berkembangnya olahraga masa kini menjadi sebuah gaya hidup pada masyarakat. Perkembangan ini ditunjukkan dengan munculnya komunitas atau *club* olahraga seperti komunitas bulu tangkis, komunitas futsal, komunitas sepak bola dan lain sebagainya. Kegiatan olahraga pasti memiliki resiko terjadinya cedera dalam melakukan kegiatan (Okta. Ruchy Pharamanandya, 2020).

Cedera terbanyak kedua adalah cedera olahraga setelah cedera akibat kecelakaan domestik (3,7%) dan cedera akibat kecelakaan kerja (3,1). Setahun terdapat 8,6 juta kejadian cedera olahraga dengan rata-rata 34,1 per 1000 orang. Cedera yang umum terjadi dalam olahraga seperti *ankle sprain*, *strain muscle* dan cedera jaringan lunak lainnya (Triyanita & Pambudi, 2023).

Atlet sering kali mendapatkan penekanan pada kemampuan mereka untuk bersaing dan berprestasi, oleh karena itu atlet yang mengalami ini biasanya mengalami cedera karena melakukan aktivitas melampaui aktivitas sebelumnya seperti berlatih (Khurana & Singhal, 2021).

Menurut WHO pada tahun 2013 menunjukkan resiko cedera pemain futsal terdapat 235 kasus cedera dari total 1000 permainan olahraga. Berdasarkan informasi yang di dapat terkait futsal, risiko cedera yang rentan terjadi yaitu pada tubuh bagian kaki sebesar 77%, cedera lutut sebesar 21% dan cedera pada pergelangan kaki sebesar 18% (Herdiandanu et al., 2020).

Rehabilitasi cedera olahraga dapat dilakukan dengan pendekatan fisioterapi. Atlet yang tidak memiliki pengetahuan terkait penanganan cedera dapat memperparah pada cedera yang mereka alami, maka fisioterapi dapat berperan dalam memberikan edukasi tentang penanganan cedera yang dialami oleh atlet baik memberikan edukasi tentang pencegahan maupun penanganan pertama cedera. Kegiatan pengabdian seperti penyuluhan pada komunitas olahraga ini memiliki harapan dapat meningkatkan

pengetahuan dan pemahaman terhadap penanganan pertama cedera olahraga sehingga tidak memperparah cedera

## B. PELAKSANAAN DAN METODE

Metode yang digunakan pelaksanaan pengabdian ini yaitu dengan *one group pre-posttest* dengan peserta dari komunitas Futsal SMP Nasional Malang. Pengabdian yang dilaksanakan tanggal 14 Oktober 2024. Sebelum diberikannya edukasi, peserta melakukan *pretest* berupa mengisi kuesioner mengenai penanganan cedera olahraga khususnya olahraga futsal, dilanjutkan dengan diberikannya materi mengenai metode PRICE, seperti definisi PRICE yang merupakan perawatan pertama cedera, di mana metode ini terdiri dari beberapa komponen terapeutik yang masing-masing memiliki peran dan fungsi penanganan cedera serta tujuan dari PRICE adalah untuk mengurangi rasa nyeri dan pembengkakan di area yang terluka. Edukasi ini dilakukan selama 30-40 menit. Setelah memberikan materi, peserta melakukan *posttest* berupa mengisi kuesioner, guna mengetahui pemahaman peserta setelah diberikan materi. Kegiatan penyuluhan ini menggunakan media promosi berupa Poster dan media materi menggunakan *Power Point*.

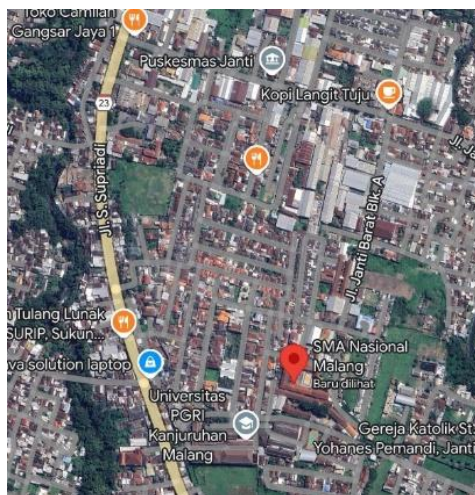


Gambar 1. Poster edukasi price



Gambar 2. Power point edukasi price

Lokasi pelaksanaan berada di SMP Nasional Malang yang berada di Jl. Slamet Supriadi No.50, Bandongrejosari, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur.



Gambar 3. Lokasi pelaksanaan

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan atau mengedukasi tentang pengetahuan penanganan pertama cedera, dengan cara penyuluhan, media yang digunakan yaitu poster dan melakukan demonstrasi penanganan cedera dari *protection*, *rest*, *ice*, *compression*, *elevation* dan diakhiri dengan sesi tanya jawab. Materi penyuluhan berupa definisi, tujuan dan manfaat PRICE.

Kegiatan pemberian edukasi fisioterapi tentang penanganan pertama cedera pada komunitas futsal di SMP Nasional Malang di Slamet Supriadi No.50 ini berjalan baik dan lancar. Penyuluhan yang dilakukan mendapatkan respon yang baik dari peserta yang hadir, peserta mendengarkan

penyampaian materi PRICE dengan seksama terkait materi seperti definisi PRICE, yang dimana PRICE merupakan perawatan awal cedera, metode PRICE adalah metode terapeutik di mana komponen-komponen tersebut mempunyai peran dan fungsi masing-masing yang melengkapi penanganan cedera yang terjadi (Wulandari et al., 2022). Tujuan PRICE, yang dimana bertujuan untuk meminimalkan rasa nyeri dan pembengkakan pada daerah cedera (Hotfiel et al., 2021), manfaat dan contoh penanganan cedera pertama yang di demonstrasikan. Peserta pada penyuluhan ini berjumlah 13 peserta. Peserta melakukan *pretest* sebelum dilakukannya edukasi kepada peserta. Penyampaian materi dilakukan setelah peserta mengisi kuisioner *pretest*. Penyampaian materi pada penyuluhan ini menjelaskan dari tujuan, manfaat *protection* dan dosisnya, dilanjutkan dengan penyampaian materi *rest*, dilanjutkan dengan materi *ice* yang menjelaskan manfaatnya yang dapat mengurangi nyeri (Sastra et al., 2018) dan dosis penggunaan *ice*, selanjutnya penyampaian materi *compression* berupa definisi, manfaat dan contoh melakukan *compression*, dan yang terakhir penyampaian *elevation* berupa definisi, tujuan dan manfaat perlakuan *elevation*. Peserta melakukan pengisian *posttest* setelah mengamati penjelasan dari pemateri terkait penanganan pertama cedera menggunakan PRICE.

Untuk mengetahui keberhasilan dari kegiatan penyuluhan yang telah dilaksanakan, dapat dilihat dari diagram hasil data penyuluhan, seperti diagram di bawah ini yang berjumlah 13 peserta dan 8 pertanyaan.

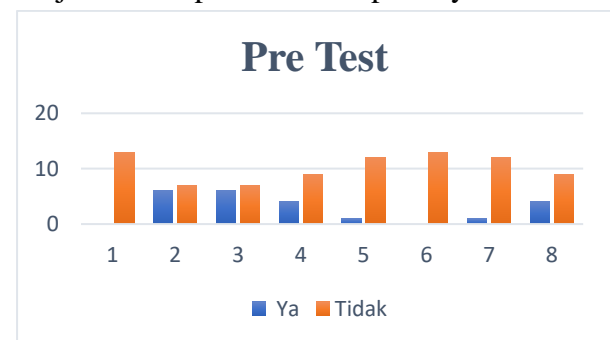


Diagram 1. Hasil Pre-Test

Berdasarkan hasil pada diagram *pre-test* didapatkan, pertanyaan 1 terdapat 13 orang menjawab tidak, pertanyaan 2 terdapat 7 orang menjawab tidak dan 6 menjawab ya, pertanyaan 3 terdapat 7 orang menjawab tidak dan 6 menjawab ya, pertanyaan 4 terdapat 9 orang menjawab tidak dan 4 menjawab ya, pertanyaan 5 terdapat 12 orang menjawab tidak dan 1 menjawab ya, pertanyaan 6 terdapat 13 orang menjawab tidak, pertanyaan 7 terdapat 12 orang menjawab tidak dan 1 menjawab ya, pertanyaan 8 terdapat 9 orang menjawab tidak dan 4 menjawab ya.

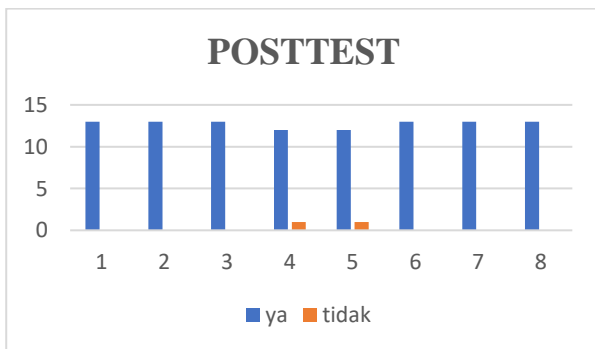


Diagram 2. Hasil *Post-Test*

Berdasarkan hasil pada diagram *post-test* didapatkan, pertanyaan 1 terdapat 13 orang menjawab ya, pertanyaan 2 terdapat 13 orang menjawab ya, pertanyaan 3 terdapat 13 orang menjawab ya, pertanyaan 4 terdapat 1 orang menjawab tidak dan 12 menjawab ya, pertanyaan 5 terdapat 1 orang menjawab tidak dan 12 menjawab ya, pertanyaan 6 terdapat 13 orang menjawab ya, pertanyaan 7 terdapat 13 orang menjawab ya, pertanyaan 8 terdapat 13 orang menjawab ya.

Berdasarkan hasil yang didapat dalam kegiatan penyuluhan pada komunitas futsal SMP Nasional Malang, sebelum dilakukannya penyuluhan terdapat banyak sample yang belum mengetahui tentang PRICE dalam penanganan pertama cedera, dan setelah penyuluhan terdapat banyak sample yang sudah mengetahui tentang PRICE dalam penanganan pertama cedera. Peserta memperhatikan penyampaian materi PRICE dengan seksama, hal ini menyebabkan terdapat perubahan yang signifikan dari hasil *pre-test*

dan *post-test*. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan tentang metode PRICE dalam penanganan pertama cedera pada komunitas futsal SMP Nasional Malang.



Gambar 5. Pelaksanaan penyuluhan



Gambar 6. Pemaparan materi



Gambar 7. Foto bersama peserta komunitas futsal SMP Nasional Malang

## E. PENUTUP

### Kesimpulan

Kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan pada komunitas futsal SMP Nasional Malang dapat memberikan wawasan pada peserta komunitas futsal terkait dengan metode PRICE untuk penanganan pertama cedera, sehingga peserta mampu melakukan metode PRICE ini untuk penanganan pertama cedera secara mandiri dan mampu melakukannya. Sebelum melakukan kegiatan ini terdapat beberapa peserta yang belum mengetahui metode PRICE tujuan dan manfaat serta cara melakukannya, pada kegiatan ini penulis berharap dapat dilakukannya edukasi tentang pemahaman penanganan pertama cedera di komunitas olahraga.

### Saran

Edukasi mengenai metode PRICE sebagai penanganan pertama cedera disarankan untuk dikembangkan pada komunitas olahraga, mengingat pentingnya pengetahuan tentang PRICE (Protect, Rest, Ice, Compression, Elevation). Untuk meningkatkan pemahaman masyarakat, perlu penyuluhan yang melibatkan atau berkolaborasi dengan institusi, seperti fisioterapi atau lembaga kesehatan, untuk mengadakan seminar dan workshop. Selain itu, penyuluhan berkala, pembuatan materi edukasi yang mudah dipahami, serta pelatihan praktis bagi pelatih dan anggota komunitas sangat penting agar informasi dapat diterapkan langsung dalam situasi nyata. Dengan langkah-langkah ini, diharapkan pengetahuan tentang metode PRICE dapat diterapkan secara efektif dalam kehidupan sehari-hari, sehingga meningkatkan kemampuan penanganan cedera di komunitas olahraga.

## F. DAFTAR PUSTAKA

Herdiandanu, E., Djawa S-, B., Jasmani, P., dan Rekreasi, K., & Ilmu Olahraga, F. (2020). *Jenis Dan Pencegahan Cedera Pada*

*Ekstrakurikuler Olahraga Futsal Di Sma.* <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/issue/archive>

Hotfiel, T., Hoppe, M. W., Heiss, R., Lutter, C., Tischer, T., Forst, R., Hammer, C. M., Freiwald, J., Engelhardt, M., & Grim, C. (2021). Quantifiable Contrast-Enhanced Ultrasound Explores the Role of Protection, Rest, Ice (Cryotherapy), Compression and Elevation (PRICE) Therapy on Microvascular Blood Flow. *Ultrasound in Medicine and Biology*, 47(5), 1269–1278. <https://doi.org/10.1016/j.ultrasmedbio.2021.01.003>

Khurana, B., & Singhal, V. (2021). *ROLE OF SPORTS PHYSIOTHERAPY AND Rehabilitation In Healthcare Delivery: Need And The Reality.* <https://www.researchgate.net/publication/349964901>

Okta. Ruchy Pharamanandya. (2020). Tingkat Pengetahuan Penanganan Cedera Olahraga Pada Mahasiswa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.34266.06081>

Sastra, L., Despitasi, L., Keperawatan, S., & Mercubaktijaya, S. (2018). Pengaruh Terapi Dingin Cryotherapy Terhadap Penurunan Nyeri Pada Fraktur Ekstremitas Tertutup. In *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti No* (Vol. 6).

Triyanita, M., & Pambudi, R. A. (2023). Penyuluhan Fisioterapi Komunitas Dalam Upaya Peningkatan Kesadaran Tentang Cedera Olahraga Pada Komunitas Semarang Runner. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia* (Vol. 02, Issue 02).

Wulandari, T. A., Salsabila, K. M. N., KS, P. S., Alfida, N., Dianingtyas, A. S., & Santoso, T. B. (2022). Edukasi Penanganan Pertama Fisioterapi pada Cedera Olahraga di Komunitas Bola Voli. *Educate: Journal of Community Service in Education*, 2(2), 52–57. <https://doi.org/10.32585/educate.v2i2.2872>

## EDUKASI IBU BALITA DAN KADER POSYANDU TENTANG STUNTING DI PUSKESMAS MEKARMUKTI

Widya Lestari Nurpratama<sup>1</sup>, Dandi Sanjaya<sup>2</sup>, Utami Putri Kinayungan<sup>3</sup>, Nur Fauzia Asmi<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Prodi Sarjana Gizi, Universitas Medika Suherman

Email : [widyalestarinurpratama@gmail.com](mailto:widyalestarinurpratama@gmail.com)

Received: 24 November 2024; Revised: 4 December 2024; Accepted: 19 December 2024

### Abstract

*Stunting is one of the nutritional problems due to inadequate nutrient intake and infectious diseases that can cause disorders in children's growth and development. The purpose of this activity is to determine the difference in knowledge between mothers of toddlers and Posyandu cadres before and after the delivery of educational materials. This activity was carried out in the Mekarmukti Health Center Hall on Friday, August 9, 2024. The target of nutrition education in this community service was 14 mothers of toddlers and 15 Posyandu cadres in the Mekarmukti Health Center area. The educational method used was in the form of lectures using leaflet media. The stages carried out in this community service were making leaflet media related to stunting, providing infant and child food (PMBA), and delivering educational materials. Evaluation of the education that had been delivered was measured using the pre-test and post-test methods. The results of this activity were in the form of socialization and coordination with the health center regarding activity permits. FGD (Focus Group Discussion) activities were carried out to determine the knowledge of mothers of toddlers and Posyandu cadres about stunting. Educational materials were made based on the results of the FGD, namely regarding stunting. The evaluation results showed an increase in test scores, with an average increase from 75.17 to 82.14. The results of statistical tests using the Wilcoxon test showed a significant difference (p-value 0.000). Nutrition education using the lecture method with leaflet media can increase respondents' knowledge.*

**Keywords:** *stunting, nutrition, education, toddler, knowledge.*

### Abstrak

Stunting termasuk salah satu permasalahan gizi karena asupan zat gizi yang kurang dan penyakit infeksi yang dapat menyebabkan gangguan tumbuh kembang anak. Tujuan kegiatan ini untuk mengetahui gambaran perbedaan pengetahuan ibu balita dan kader posyandu sebelum dan sesudah penyampaian materi edukasi. Kegiatan ini dilaksanakan di Aula Puskesmas Mekarmukti pada Hari Jum'at, 9 Agustus 2024. Sasaran edukasi gizi pada pengabdian masyarakat ini yaitu 14 orang ibu balita dan 15 kader posyandu di wilayah Puskesmas Mekarmukti. Metode edukasi yang digunakan berupa ceramah dengan menggunakan media leaflet. Tahapan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat ini adalah pembuatan media leaflet terkait stunting, pemberian makanan bayi dan anak (PMBA), dan penyampaian materi edukasi. Evaluasi edukasi yang telah disampaikan diukur menggunakan metode pre-test dan post-test. Hasil kegiatan ini berupa adanya sosialisai dan koordinasi dengan puskesmas terkait izin kegiatan. Kegiatan FGD (Focus Group Discussion) dilaksanakan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu balita dan

kader posyandu tentang stunting. Materi edukasi dibuat berdasarkan hasil FGD yaitu terkait stunting. Hasil evaluasi menunjukkan terjadi peningkatan nilai test dengan rata-rata peningkatan dari 75,17 menjadi 82,14. Hasil uji statistik menggunakan uji wilcoxon menunjukkan terdapat adanya perbedaan yang signifikan ( $p$ -value 0,000). Edukasi gizi menggunakan metode ceramah dengan media leaflet dapat meningkatkan pengetahuan responden.

**Kata Kunci:** stunting, gizi, edukasi, balita, pengetahuan.

## A. PENDAHULUAN

Stunting merupakan keadaan dimana terjadi kekurangan zat gizi yang mana terjadi pada anak masa *golden age*. Anak stunting biasanya memiliki nilai *z-score* menurut TB/U yaitu kurang dari -2 Standar Deviasi (SD). Kejadian ini harus benar-benar diperhatikan karena bisa berdampak baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Anak stunting biasanya akan sulit mengejar ketertinggalan pertumbuhan dan perkembangan dibandingkan anak yang normal. Dampak jangka panjang dari stunting diantaranya yaitu keterlambatan kognitif (Wardani *et al.*, 2023).

Seiring meningkatnya kasus stunting di Jawa Barat, termasuk di Kabupaten Bekasi, kasus stunting pada tahun 2023 sebanyak 23.2% (Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, 2023). Terjadinya stunting pada balita dapat mengidentifikasi adanya pola asuh yang salah seperti pemberian makanan yang tidak tepat pada balita (Kinayungan *et al.*, 2024). Makanan yang kurang energi dan protein juga berkontribusi terhadap munculnya kejadian *stunting* (Sanjaya *et al.*, 2024).

Penelitian terdahulu menyebutkan bahwa kekurangan gizi dapat diakibatkan oleh asupan gizi yang kurang memadai, kurangnya akses pangan, kurangnya fasilitas kesehatan yang dapat terjangkau oleh masyarakat, hingga aspek-aspek sosial dan ekonomi lainnya yang ikut terlibat dalam kesehatan (Murti *et al.*, 2020). Selain itu gagal tumbuh disebabkan oleh kurangnya asupan satu atau lebih zat gizi meliputi energi, protein, atau zat gizi makro serta mikro (Laksono *et al.*, 2022). Pemberian makanan tambahan berupa makanan tinggi energi dan protein terbukti dapat meningkatkan status gizi (Sanjaya *et al.*, 2024). Selain itu,

pemberian edukasi stunting diharapkan dapat memberikan dampak signifikan terhadap kejadian stunting.

Pengetahuan gizi pada anak balita harus menjadi fokus utama orang tua termasuk didalamnya yaitu menyiapkan makanan yang dibutuhkan oleh anak, karena kurangnya pengetahuan orang tua sangat berdampak pada timbulnya permasalahan anak (Nurpratama & Asmi, 2023). Pengetahuan memiliki peran penting dalam peningkatan kesadaran kader dan ibu balita tentang kesehatan termasuk tentang stunting karena didalamnya ada proses transfer informasi (Murti *et al.*, 2020) (Nurpratama, 2023).

Berdasarkan hal tersebut, pengabdian kepada masyarakat ini diperlukan untuk memberikan edukasi kepada kader dan ibu balita mengenai stunting dengan memberikan penyuluhan dengan media *leaflet* sehingga dapat memberikan informasi yang lebih baik terkait dengan kesehatan anak balita terutama tentang stunting (Nurpratama & Asmi, 2023).

Penggunaan media *leaflet* terbukti efektif dapat meningkatkan pengetahuan. Media *leaflet* merupakan alat perantara yang digunakan untuk menyampaikan informasi kepada sasaran yang disampaikan berupa lembaran dan berisi informasi penting berupa kalimat serta diberikan animasi menarik seperti gambar. Sehingga pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melakukan edukasi kepada kader dan ibu balita tentang stunting di Puskesmas Mekarmukti Kabupaten Bekasi.

**B. PELAKSANAAN DAN METODE**

Kegiatan ini dilaksanakan di Aula Puskesmas Mekarmukti pada Hari Jum'at, 9 Agustus 2024. Sasaran dari kegiatan ini adalah ibu kader dan ibu balita di wilayah Puskesmas Mekarmukti sebanyak 15 orang kader posyandu dan 14 orang ibu balita. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu ceramah dengan memberikan edukasi secara langsung menggunakan media leaflet. Isi leaflet sebagai media edukasi berisi tentang informasi mengenai stunting, 5 pintu menuju stunting, gizi ibu hamil, ASI eksklusif dan PMBA gizi seimbang, kebiasaan makana pada anak, serta sanitasi dan kebersihan.

Tahapan kegiatan ini adalah pembuatan media leaflet terkait stunting dan pemberian makanan bayi anak (PMBA). Adapun isi dari leaflet yaitu pengertian stunting, 5 pintu menuju stunting, ibu hamil, pemberian makanan bayi dan anak, perilaku hidup bersih sehat dan gizi pada ibu hamil. Tahapan selanjutnya yaitu penyampaian materi edukasi menggunakan metode ceramah dengan memperlihatkan leaflet yang telah dibuat. Evaluasi edukasi yang disampaikan menggunakan metode *pre-test* dan *post-test*. Tujuan metode ini untuk memberikann informasi gambaran pengetahuan ibu kader dan ibu balita pada awal sebelum pelaksanaan kegiatan dan setelah mendapatkan edukasi.

**C. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian masyarakat ini dimulai dengan kegiatan sosialisasi dan koordinasi dengan puskesmas untuk mendapatkan izin melakukan kegiatan. Kegiatan selanjutnya adalah FGD (*Focus Group Discussion*) untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu balita dan kader posyandu tentang *stunting*. Hasil FDG tersebut menjadi dasar dalam pembuatan materi edukasi.



Gambar 1. Pelaksanaan Pemberian Edukasi Gizi

Selanjutnya pemberian edukasi dilaksanakan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Media edukasi yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah leaflet. Pada kegiatan pemberian edukasi terdapat evaluasi yang dilakukan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan ibu balita dan kader. Evaluasi yang dilakukan dengan memberikan soal sebelum dan setelah edukasi. Peningkatan pengetahuan ibu kader dapat dilihat dengan media *pre test* dan *post test* (Kinayungan *et al.*, 2023). Tabel 1 di bawah ini merupakan hasil evaluasi pemberian edukasi.

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Postest*

Variabel	Min	Max	Mean	<i>p-value</i>
Pretest	50	100	75.17	0.000
Postest	70	100	82.14	

\*uji wilcoxon

Berdasarkan hasil evaluasi diketahui bahwa peserta mengalami peningkatan rata-rata dari 75,17 menjadi 82,14. Uji wilcoxon menunjukkan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah pemberian edukasi dengan nilai *p-value* 0,000. Edukasi menggunakan media ceramah dapat meningkatkan pengetahuan ibu balita dan kader posyandu. Pengetahuan dapat meningkat hingga 70% dengan ceramah dan diskusi (Purwanti, 2019). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan

bahwa peningkatan pengetahuan ibu dan kader balita (Herlina, 2021).



Gambar 2. Pelaksanaan Pengisian Kuesioner

Selain menggunakan metode ceramah, beberapa cara yang dapat meningkatkan pengetahuan terkait gizi pada ibu kader dan ibu balita adalah metode demonstrasi. Menurut Asmi 2022 metode ceramah dan demonstrasi dapat meningkatkan keterampilan kader posyandu (Asmi and Alamsah, 2022). Penelitian lain menyebutkan bahwa penggunaan metode ceramah dengan media audiovisual lebih efektif meningkatkan

pengetahuan dibandingkan dengan metode ceramah saja (Judha *et al.*, 2024). Temuan ini sesuai dengan penelitian lain yang menyebutkan bahwa metode ceramah dan diskusi dengan media audiovisual merupakan metode paling efektif untuk meningkatkan pengetahuan pencegahan stunting (Vinci *et al.*, 2022).



Gambar 3. Media Edukasi Leaflet

## D. PENUTUP

### Simpulan

Pemberian edukasi kepada ibu balita dan kader posyandu penting dilakukan karena dapat meningkatkan pengetahuan sehingga dapat mencegah praktek-praktek yang salah dalam pemberian makan pada bayi dan anak untuk mencegah stunting. Kegiatan ini dapat menjadi contoh kegiatan yang mungkin dilakukan oleh pemerintah setempat sebagai langkah preventif dalam penanganan masalah stunting.

### Saran

Perlu dilakukan edukasi untuk ayah dan nenek balita untuk mendukung ibu balita dalam praktek pencegahan stunting dan penggunaan media audiovisual untuk bisa lebih

meningkatkan pemahaman peserta edukasi. Selanjutnya diperlukan adanya dukungan dari berbagai pihak atau pemangku kebijakan misalnya menggandeng lintas sektor seperti tingkat desa, kecamatan atau kabupaten.

### Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Puskesmas Mekar Mukti yang telah memfasilitasi pengabdian masyarakat ini.

### E. DAFTAR PUSTAKA

Asmi NF and Alamsah D (2022). Edukasi Pembuatan Menu PMT Berbasis Pangan Lokal Pada Kader Posyandu Puskesmas Mekar Mukti. *Poltekita: Jurnal pengabdian Masyarakat*, 3(4), pp.: 816–824. doi: 10.33860/pjpm.v3i4.1215.

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*.

Herlina S (2021). Pelatihan Alat Ukur Data Stunting (Alur Danting) Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan Kader Dalam Optimalisasi Pengukuran Deteksi Stunting (Denting). *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia: JKKI*, 10(3), pp.: 1–5. doi: <https://doi.org/10.22146/jkki.69491>.

Judha M, Erikawati LP and Setiawan DI (2024). Jurnal Sains, Teknologi Dan Kesehatan. *Jurnal Sains, Teknologi dan Kesehatan*, 1(2), pp.: 45–51. doi: 10.62335/q4pztz46.

Kinayungan UP, Asmi NF and Sophia C (2023). Pelatihan Pengolahan Pangan Dalam Upaya Perbaikan Status Gizi Balita Di Wilayah Puskesmas Mekarmukti Kabupaten Bekasi. *Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat*, 4(2), pp.: 499–504. doi: 10.35311/jmpm.v4i2.308.

Kinayungan UP, Hasanbasri M and Padmawati RS (2024). Cross-Sectoral Support in Stunting Prevention through Integrated Health Posts ( Posyandu ) in Yogyakarta City Dukungan Lintas Sektor Dalam Pencegahan Stunting Melalui Posyandu Di

Kota Yogyakarta Dewasa Yang Rentan Terhadap Penyakit Tidak Menular , Kesehatan. *Al GIZZAI: Public Health Nutrition Journal*, 4(2), pp.: 80–94. doi: <https://doi.org/10.24252/algizzai.v4i2.48201>.

Laksono AD, Wulandari RD, Amaliah N and Wisnuwardani RW (2022). Stunting among Children under Two Years in Indonesia: Does Maternal Education Matter? *PLoS ONE*, 17(7 July), pp.: 1–11. doi: 10.1371/journal.pone.0271509.

Murti LM, Budiani NN, Widhi M and Darmapatni G (2020). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Gizi Balita Dengan Kejadian Stunting Anak Umur 36-59 Bulan. *The Journal Of Midwifery*, 8(2), pp.: 3–10.

Nurpratama WL (2023). Pelatihan Kader Tentang Personal Higiene Dan Higiene Sanitasi, 7, pp.: 18–23.

Nurpratama WL and Asmi NF (2023). Pelatihan Kade Dan PKK Tentang Penggunaan Pemanis Buatan Yang Aman Pada Tingkat Rumah Tangga, 6, pp.: 2528–2535.

Purwanti R (2019). Peningkatan Kapasitas Kader Posyandu: Cegah Stunting Dengan Perbaikan Gizi 1000 Hpk. *ETHOS (Jurnal Penelitian dan Pengabdian)*, 7(2), pp.: 182–189. doi: 10.29313/ethos.v7i2.4430.

Sanjaya D, Indarto D, Nurwati I and Iwansyah AC (2024). Effect of GANIME Form and It's Efficacy on BMI and Albumin Levels in Rats with Energy-Protein Deficiency. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 12(3), pp.: 199. doi: 10.21927/ijnd.2024.12(3).199-209.

Vinci AS, Bachtiar A and Parahita IG (2022). Efektivitas Edukasi Mengenai Pencegahan Stunting Kepada Kader: Systematic Literature Review. *Jurnal Endurance*, 7(1), pp.: 66–73. doi: 10.22216/jen.v7i1.822.

Wardani LK, Aulia V, Hadhikul M and Kardila M (2023). Risks of Stunting and Interventions to Prevent Stunting. *Journal*

*of Community Engagement in Health*, 6(2),  
pp.: 79–83. doi: 10.30994/jceh.v6i2.528.

## PEMBERDAYAAN MASYARAKAT DALAM PENCEGAHAN KASUS KETERLAMBATAN PERKEMBANGAN BAHASA BICARA PADA ANAK DENGAN KASUS STUNTING DI KAMPUNG KLAEMAN, KELURAHAN TONGGALAN, KOTA KLATEN

Alfiani Vivi Sutanto<sup>1</sup>, Lia Ratih Nurhidayah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Jurusan Terapi Wicara Poltekkes Kemenkes Surakarta

Alamat e-mail: [alfianivivi85@gmail.com](mailto:alfianivivi85@gmail.com)

Received: 12 December 2024; Revised: 18 December 2024; Accepted: 20 December 2024.

### Abstract

The World Health Organization states that children from birth to age six experience critical growth stages. During this time, their development occurs at a very fast pace. An essential part of a child's evolution that starts right at birth is their communication skills. Initially, these skills manifest through reactions to sounds or voices, eventually leading to the ability to engage with others. Without these experiences, a child may show signs of delayed speech and language. One factor contributing to such delays is growth inhibition. Stunting, a form of malnutrition, arises from insufficient nutrition within the first 1,000 days of a child's life. In Central Java, the overall stunting rate fell by 0.1% from 2021 to 2022, landing at 20.8%. Nonetheless, 20 districts reported an increase in stunting cases. In Klaten regency, the stunting rate saw a rise of 2.4% in 2022, moving from 15.8% to 18.2%. By April 2023, in Tonggalan village, the number of stunted children reached 15. As a result, a community service initiative was implemented to enhance health workers' and parents' knowledge and skills about the risks of speech and language development delays in stunted children. The approach involved teaching and training 50 participants, who were assessed before and after the program through a questionnaire to evaluate the outcomes of the activity. The evaluation findings were analyzed using the T-Test, revealing that the average score for respondents' understanding before the activity was 30.06, which increased to 40.22 afterward. Additionally, the mean skill level of participants before the activity was 29.34 and rose to 39.86. The significance levels for both measurements indicated  $p=0.000$ . Training and educational programs can enhance the knowledge and skills of healthcare providers and parents regarding the prevention of language delays in stunted children.

**Key words:** Child language growth, stunting risk, children.

### Abstrak

Menurut WHO, anak usia 0 hingga 6 tahun berada di fase kritis. Pada periode ini, anak mengalami pertumbuhan serta perkembangan yang sangat cepat. Salah satu aspek yang mulai berkembang sejak lahir adalah kemampuan untuk berkomunikasi. Proses komunikasi anak bermula dari bagaimana ia bereaksi terhadap suara hingga mampu berinteraksi dengan orang lain. Jika anak tidak mengalami perkembangan ini, maka ia bisa dikategorikan mengalami keterlambatan dalam bahasa dan bicara. Salah satu faktor penyebab keterlambatan tersebut adalah stunting. Stunting adalah kondisi kurang gizi yang dialami anak selama seribu hari pertama kehidupannya. Di Jawa Tengah, angka stunting secara keseluruhan turun 0,1 persen di tahun 2022 dibandingkan tahun 2021, menjadi 20,8 persen. Namun, ada 20 kabupaten atau kota yang melaporkan peningkatan kasus stunting. Di Kabupaten Klaten, prevalensi stunting meningkat 2,4% dari 15,8% menjadi 18,2% pada tahun 2022. Di Kelurahan Tonggalan pada April 2023, jumlah kasus stunting telah mencapai 15 anak. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan serta orangtua mengenai risiko keterlambatan perkembangan bahasa dan bicara pada anak yang mengalami stunting. Metode yang diterapkan

adalah memberikan pendidikan dan pelatihan kepada 50 orang responden, yang akan dievaluasi sebelum dan sesudah kegiatan melalui kuesioner. Hasil dari evaluasi ini selanjutnya dianalisis menggunakan Uji T-Test. Didapatkan rata-rata pemahaman responden sebelum kegiatan adalah 30.06 dan meningkat menjadi 40.22 setelah kegiatan. Sementara itu, rata-rata keterampilan responden sebelum kegiatan adalah 29.34 dan naik menjadi 39.86. Nilai signifikansi untuk keduanya adalah  $p=0.000$ . Kegiatan pendidikan dan pelatihan mampu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan serta orangtua dalam mencegah keterlambatan bahasa dan bicara pada anak yang mengalami stunting.

**Kata kunci:** *Perkembangan Bahasa Bicara, Anak, Risiko Stunting.*

## PENDAHULUAN

WHO menyatakan bahwa anak-anak berusia 0 hingga 6 tahun mengalami masa yang sangat penting. Ini terjadi karena pada fase ini, mereka mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat (Istiqlal, 2022). Setiap tahap tumbuh kembang anak memiliki tugas perkembangan yang meliputi sekumpulan keterampilan dan kemampuan yang perlu dicapai agar anak dapat berinteraksi dengan baik dengan lingkungan mereka (Joni, 2015). Kemampuan anak dalam berinteraksi dapat dilihat dari rasa ingin tahunya serta semangatnya terhadap hal-hal yang mereka lihat, dengar, dan rasakan, yang kemudian mereka sampaikan melalui ucapan atau berbicara (Istiqlal, 2022). Apabila pada tahap ini, kemampuan anak dalam membentuk suara dan berkomunikasi masih kurang dibandingkan dengan anak-anak seumurannya, maka anak tersebut bisa dikategorikan mengalami keterlambatan dalam perkembangan bahasa dan bicara.

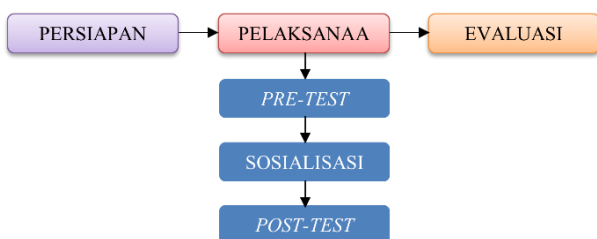
Terlambat bicara adalah kondisi di mana seseorang mengalami kesulitan dalam mengembangkan kemampuan berbicara atau berbahasa. Masalah dalam berbahasa merupakan keterlambatan yang dialami anak dalam bidang bahasa (Istiqlal, 2022). Salah satu faktor yang dapat menyebabkan keterlambatan dalam perkembangan bahasa dan bicara pada anak adalah stunting. Stunting adalah kondisi di mana anak mengalami malnutrisi akibat asupan gizi yang tidak mencukupi selama 1.000 hari pertama kehidupannya, yang berpengaruh pada perkembangan anak sesuai usianya (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Stunting berpengaruh terhadap pertumbuhan anak-anak. Syahrani (2019) mencatat bahwa penelitian yang melibatkan 220 balita berusia antara 3 hingga 5 tahun menunjukkan adanya hubungan antara stunting dan perkembangan anak. Anak-anak yang mengalami stunting memiliki risiko 4,9 kali lebih tinggi untuk mengalami perkembangan yang tidak normal jika dibandingkan dengan anak-anak balita yang tidak mengalami stunting (Murniati, 2022). Banyaknya masalah yang timbul akibat stunting menjadikannya isu kesehatan masyarakat yang sangat serius. Hal ini terlihat dari jumlah 149 juta balita di seluruh dunia yang mengalami stunting (22,2%), dengan setengah dari jumlah tersebut berada di Asia (81,7 juta atau 54,8%). Menurut data dari WHO mengenai prevalensi stunting pada balita, Indonesia merupakan salah satu dari tiga negara dengan angka stunting tertinggi di kawasan Asia Tenggara (SEAR), yaitu 36,4% selama periode 2005-2017 (Pusdatin Kemenkes, 2018). Berdasarkan hasil survei status gizi Indonesia (SSGI) 2022 yang baru dirilis, angka stunting di Jawa Tengah masih lebih rendah dibandingkan angka nasional yang mencapai 21,6 persen. Di sisi lain, prevalensi stunting di Kabupaten Klaten pada tahun 2022 mengalami kenaikan sebesar 2,4% dari 15,8% menjadi 18,2%. Oleh karena itu, kegiatan Pengabdian Masyarakat ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para kader kesehatan serta orangtua mengenai risiko keterlambatan perkembangan bahasa bicara pada anak-anak yang mengalami stunting.

## PELAKSANAAN DAN METODE

Kegiatan pelayanan kepada masyarakat ini diadakan di Kampung Klaseman, yang terletak di Kelurahan Tonggalan, Kecamatan Klaten Tengah, Kabupaten Klaten, Provinsi Jawa Tengah pada bulan Mei 2024. Menurut informasi dari bidan desa setempat, pada tahun 2024, terdapat 50 anak balita yang mengalami stunting. Oleh karena itu, diperlukan langkah yang cepat untuk menghentikan penambahan kasus stunting dan juga untuk mengurangi efek buruk yang mungkin ditimbulkan oleh kondisi stunting, seperti keterlambatan dalam perkembangan bahasa dan berbicara pada anak.

Kegiatan ini dihadiri oleh kader kesehatan dan orangtua yang memiliki anak stunting, disajikan dalam bentuk pelatihan dan edukasi. Materi yang diajarkan berkaitan dengan efek yang ditimbulkan oleh stunting, seperti keterlambatan dalam perkembangan berbicara dan berbahasa, serta strategi untuk mencegahnya pada anak di bawah usia lima tahun. Proses pengabdian ini terbagi menjadi tiga fase, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Sekitar 37 orangtua dan 13 kader kesehatan berpartisipasi dalam kegiatan ini yang berlangsung di Desa Jati, Kabupaten Karanganyar. Dalam kegiatan sosialisasi, peserta menjalani pre-test dan post-test, yang masing-masing terdiri dari 20 pertanyaan mengenai pemahaman tentang perkembangan bahasa dan bicara yang normal, tanda-tanda keterlambatan, serta langkah-langkah pencegahan. Data yang dikumpulkan dianalisis menggunakan Uji T-Test dengan bantuan aplikasi SPSS.



Gambar 1. Tahapan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelurahan Tonggalan, yang berada di Kecamatan Klaten Tengah, adalah suatu wilayah di Kabupaten Klaten, Jawa Tengah, yang menghadapi berbagai isu terkait stunting dan keterlambatan berbicara pada anak-anak di usia dini. Beberapa masalah yang muncul antara lain: masih terdapat anak-anak yang kekurangan nutrisi dalam seribu hari pertama kehidupan, yang berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan mereka, banyak anak yang mengalami keterlambatan dalam berbicara, dan kurangnya pengetahuan dari Kader Kesehatan serta orangtua mengenai langkah-langkah pencegahan keterlambatan perkembangan bahasa, yang mungkin dipicu oleh stunting, tahapan perkembangan berbicara yang normal, deteksi awal keterlambatan berbicara pada balita, serta cara untuk memberikan stimulasi berbicara kepada anak.

Oleh karena itu, dilakukan pendidikan dan pelatihan untuk menghentikan pertumbuhan kasus stunting atau sekurangnya mengurangi efek buruk yang ditimbulkan oleh kondisi stunting, seperti keterlambatan dalam perkembangan bahasa dan bicara anak. Dalam kegiatan ini, para peserta pengabdian diberikan tes awal dan akhir mengenai pengetahuan tentang perkembangan bahasa dan bicara yang normal, tanda-tanda keterlambatan bahasa dan bicara, serta metode pencegahannya. Data dianalisis dengan menggunakan Uji T-Test yang diproses melalui aplikasi SPSS, menghasilkan temuan sebagai berikut:

Perbedaan pengetahuan kader kesehatan dan orangtua sebelum dan sesudah mengikuti edukasi dan pelatihan program pengabdian kepada masyarakat dijelaskan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Hasil *Pre-Post Test*

Variabel	Rerata		* <i>p</i> value
	Pre	Post	
Perkembangan Normal Bahasa Bicara	30.06	40.22	0.000
Identifikasi Keterlambatan Perkembangan	29.34	39.86	0.000

Berdasarkan tabel tersebut, terlihat bahwa ada kemajuan dalam pemahaman kader kesehatan dan orang tua mengenai perkembangan bahasa dan bicara yang normal serta cara mengenali keterlambatan perkembangan anak. Sebelum mengikuti kegiatan, rata-rata pengetahuan kader kesehatan dan orang tua tentang perkembangan bahasa dan bicara adalah 30.06, namun angka tersebut meningkat menjadi 40.22 setelah mengikuti kegiatan. Sementara itu, rata-rata pengetahuan mereka tentang cara mengidentifikasi keterlambatan perkembangan sebelum mengikuti kegiatan adalah 29.34, lalu meningkat menjadi 39.86 setelah kegiatan tersebut.

Analisis data dengan menggunakan Uji T-Test memperlihatkan nilai  $p=0.000$  ( $p<0.05$ ). Ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan antara sebelum dan sesudah kader kesehatan serta orangtua mengikuti kegiatan, sehingga dapat disimpulkan bahwa pengetahuan meningkat sebelum dan setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Peningkatan ini terjadi karena adanya proses pembelajaran yang dipicu oleh materi yang diberikan dan diakhiri dengan umpan balik melalui kegiatan *pre-post test*. Pentingnya peningkatan pengetahuan kader kesehatan dan orangtua mengenai perkembangan bahasa dan bicara yang normal serta cara untuk mengenali keterlambatan perkembangan pada anak sangatlah krusial sebagai langkah awal dalam mencegah keterlambatan dalam perkembangan bahasa bicara, terutama pada anak-anak stunting.

Banyak orang tua merasa cemas ketika anaknya mengalami sedikit keterlambatan dalam perkembangan bahasa jika dibandingkan dengan anak lainnya (Imroatun, 2017). Keterlambatan berbicara pada anak merupakan salah satu masalah yang paling sering ditemukan dalam tahap perkembangan anak-anak. Oleh karena itu, sangat penting bagi orangtua untuk terlibat dalam proses perkembangan anak. Keterlibatan orang tua dianggap krusial untuk mengenali masalah perkembangan, termasuk kesulitan dalam

berbicara (Astriani et al., 2021). Memiliki pengetahuan yang baik tentang perkembangan bahasa dan bicara yang normal pada anak dapat membantu mencegah terjadinya keterlambatan dalam komunikasi. Ini sangat penting untuk diperhatikan, terutama bagi orang tua yang memiliki anak dengan kondisi stunting sehingga dapat segera mengenali keadaan anak dan mengatasi keterlambatan yang terjadi.

Ada beberapa cara sederhana yang bisa dilakukan oleh orang tua untuk membantu anak yang mengalami keterlambatan dalam berbicara. Salah satunya adalah melatih anak berbicara melalui cara menyanyi, melakukan tanya jawab, dan permainan tebak-tebakan untuk meningkatkan dan memperkaya kosakata mereka. Selain itu, sering berbincang dengan anak juga penting agar mereka lebih terbiasa berbicara dengan baik. Mengajarkan perilaku berbahasa yang santun juga perlu agar anak terbiasa menggunakan kata-kata yang tidak menyinggung perasaan orang lain. Orang tua juga disarankan untuk melatih anak berbicara berulang kali menggunakan berbagai media teknologi, seperti ponsel, program televisi edukatif, dan buku audio, untuk meningkatkan kosakata anak lebih banyak (Aurelia et al., 2022).

## PENUTUP

### Simpulan

Hasil dari program pendidikan serta pelatihan yang dijalankan menunjukkan adanya kemajuan dalam keterampilan para kader kesehatan dan orang tua dalam mencegah keterlambatan perkembangan bahasa serta bicara pada anak-anak yang mengalami stunting. Kegiatan ini dilaksanakan sebagai langkah permulaan dalam menangani anak-anak yang mengalami masalah dalam bahasa dan komunikasi. Dengan tindakan pencegahan yang bisa dilakukan oleh kader kesehatan dan orang tua, diharapkan dapat menjadi cara yang efektif untuk mengurangi dampak buruk yang ditimbulkan oleh kondisi stunting pada anak.

**Saran**

Jika Anda menemukan bahwa anak tidak berkembang sesuai dengan teman sebayanya, segera bawa masalah ini kepada seorang profesional. Anak yang mengalami keterlambatan dalam perkembangan bahasa dan komunikasi sebaiknya segera diperiksa ke Terapis Wicara untuk mendapatkan penanganan yang tepat.

**Ucapan Terima Kasih**

Kami ingin menyampaikan rasa syukur atas segala dukungan yang diberikan oleh semua pihak, termasuk pihak kelurahan, ketua RW dan RT setempat, serta semua kader kesehatan dan orangtua yang berpartisipasi dalam acara ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Astriani, D., Mufidah, A., & Farantika, D. (2021). Deteksi dini masalah psikologis dan tumbuh kembang anak usia dini. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Nusantara (JPPNu)*, 3(1), 18-24.
- Aurelia, T., Rahminawati, N., & Inten, D. N. (2022). Analisis Faktor Internal dan Faktor Eksternal yang Mempengaruhi Keterlambatan Bicara (Speech Delay) Anak Usia 5,9 Tahun. *Bandung Conference Series: Early Childhood Teacher Education*, 2(2). <https://doi.org/10.29313/bcsecte.v2i2.3504>
- Imroatun, I. (2017). Anak Dengan Kebutuhan Fisik Khusus. *As-Sibyan : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(02), 175–185. <http://jurnal.uinbanten.ac.id/index.php/assibyan/article/view/1347>
- Istiqlal, A.N., (2022). Gangguan Keterlambatan Berbicara (Speech Delay) Pada Anak Usia 6 Tahun. *Jurnal Preschool*. Vol:2. No:2. Hal: 206-215. Retrieved fro: <https://ejournal.uin-malang.ac.id/index.php/preschool/article/download/12026/pdf>
- Joni, J., (2015). Hubungan Pola Asuh Orang Tua terhadap Perkembangan Bahasa Anak Prasekolah (3-5 Tahun) di PAUD Al-Hasanah. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. Volume 1 Nomor 1, hlm 42-48. Retrieved from: <https://obsesi.or.id/index.php/obsesi/article/view/54> (diakses pada 07 April 2022).
- Kementerian Kesehatan RI., (2018). *Cegah Stunting, itu Penting*. Pusat Data dan Informasi

## SOSIALISASI TENTANG BAHAYA MAKANAN CEPAT SAJI DI SMK SENTRA MEDIKA CIKARANG

Awanda Pramudita Okhanza<sup>1</sup>, Masita Sari Dewi<sup>2</sup>, Muhammad Farhan Satya Baskoro<sup>3</sup>, Mohammad Fady<sup>4</sup>, Salma Nabila<sup>5</sup>, Mutiah<sup>6</sup>, Retno Tri Anjani<sup>7</sup>, Elda Nopriyanti<sup>8</sup>, Marselina<sup>9</sup>, Nuzul Gyanata Adiwisastra<sup>10</sup>

<sup>1,2,3,4,5,6,7,8,9,10</sup>Program Studi Farmasi, Universitas Medika Suherman  
e-mail: [masitasaridewi09@gmail.com](mailto:masitasaridewi09@gmail.com)

*Received: 26 December 2024; Revised: 3 January 2025; Accepted: 10 January 2025*

### Abstract

*Rapid growth and development occurs during adolescence, one of the influencing factors is the intake of good nutrition and nutrients, unhealthy food consumption habits affect health and growth. In today's modern era, teenagers want everything to be instantaneous even in choosing food so that fast food or known as fast food is still a popular food for consumption. Therefore, a socialization activity was carried out targeting students of SMK Sentra Medika Cikarang. The purpose of this activity is to educate SMK students about the importance of maintaining a lifestyle, one of which is choosing healthy food. The method used was direct socialization using presentation media, namely PowerPoint and distribution of leaflets to participants as additional information. The activity lasted 130 minutes and the number of participants was 30 students of SMK Sentra Medika Cikarang. Evaluation of participants was carried out before and after socialization, based on the results of the evaluation before the presentation of the material obtained an average value of all students of 64% with a fairly good category and based on the results of the evaluation after socialization obtained an average value of students as a whole of 80.7% with a good category. This shows that socialization activities can significantly increase the knowledge of participants.*

**Keywords:** *Nutrition, Knowledge, Adolescents, Food, Vocational High School*

### Abstrak

Pertumbuhan dan perkembangan yang pesat terjadi pada masa remaja salah satu faktor yang mempengaruhi yaitu asupan gizi dan nutrisi yang baik, kebiasaan konsumsi makanan yang tidak sehat mempengaruhi kesehatan dan pertumbuhan. Zaman sekarang yang serba modern, remaja menginginkan segala sesuatunya serba instan bahkan dalam memilih makanan sehingga makanan *fast food* atau yang dikenal dengan makanan cepat saji masih menjadi makanan yang populer untuk dikonsumsi. Oleh karena itu, dilakukan kegiatan sosialisasi dengan sasaran siswa SMK Sentra Medika Cikarang. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mengedukasi siswa SMK tentang pentingnya menjaga pola hidup, salah satunya dari memilih makanan yang sehat. Metode yang digunakan adalah sosialisasi langsung dengan menggunakan media presentasi yaitu PowerPoint dan pembagian leaflet kepada peserta sebagai informasi tambahan. Kegiatan berlangsung selama 130 menit dan jumlah peserta sebanyak 30 siswa SMK Sentra Medika Cikarang. Evaluasi terhadap peserta dilakukan sebelum dan sesudah sosialisasi, berdasarkan hasil evaluasi sebelum pemaparan materi diperoleh nilai rata-rata seluruh siswa sebesar 64% dengan kategori cukup baik dan berdasarkan hasil evaluasi setelah sosialisasi diperoleh nilai rata-rata siswa secara keseluruhan sebesar 80,7% dengan kategori baik. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan sosialisasi dapat meningkatkan pengetahuan peserta secara signifikan.

**Kata kunci:** Gizi, Pengetahuan, Remaja, Makanan, Sekolah Menengah Kejuruan

## PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang penting untuk dijaga oleh setiap orang, dan jika anda memiliki tubuh yang sehat maka anda akan lebih mudah untuk beraktivitas dan tidak akan ada kendala dalam beraktivitas. Pola hidup sehat merupakan pilihan gaya hidup jangka panjang yang berkomitmen pada pola hidup yang baik dan melakukan berbagai langkah untuk menunjang fungsi tubuh sehingga memberikan manfaat kesehatan bagi tubuh (Ariyana dan Wiwin, 2020). Kesehatan secara umum dipahami sebagai bebas dari rasa sakit dan dalam kondisi keseimbangan fisik, fisik, dan mental yang baik. Setiap orang membutuhkan makanan untuk bertahan hidup. Tanpa asupan makanan yang cukup, tubuh menjadi lemah bahkan sakit-sakitan. Oleh karena itulah pangan merupakan kebutuhan pokok bagi seluruh manusia (Laksono, Mukti and Nurhamidah, 2022).

Pola hidup sehat yang tepat akan membantu tetap sehat dan mencegah penyakit. Kemajuan dunia seperti negara-negara berkembang telah membawa banyak perubahan dalam pola kehidupan manusia. Selain itu, makanan instan seperti junk food kini banyak dijual. Makanan cepat saji biasa juga disebut dengan junk food. Secara harfiah, junk food diartikan sebagai junk food atau makanan yang tidak memiliki nilai gizi. Istilah ini mengacu pada makanan yang dianggap tidak memiliki nilai gizi bagi tubuh. Mengonsumsi junk food tidak hanya boros, tapi bisa berbahaya bagi kesehatan (Alfora, Saori and Fajriah, 2023).

Data prevalensi masyarakat Indonesia mengonsumsi makanan cepat saji sebanyak 69%, 33% untuk makan siang, 25% untuk makan malam, 9% untuk camilan, dan 2% untuk sarapan. Dengan berkembangnya kehidupan di zaman modern, minat remaja terhadap konsumsi makanan cepat saji tidak berkurang, namun mereka sadar akan adanya bahan tambahan (zat aditif) yang terkandung dalam makanan cepat saji. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pengetahuan, lingkungan sosial, preferensi

makanan remaja yang cenderung memilih makanan yang rasanya enak dan mudah didapat, serta warna yang menarik. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makanan cepat saji antara lain pengetahuan, pengaruh teman sebaya, tempat pertemuan yang nyaman, rasa, kecepatan dan kepraktisan, uang jajan, harga murah, merek makanan cepat saji, dan lain-lain. Faktor, baik dari pengetahuan, lingkungan pergaulan, hingga selera makanan remaja yang cenderung memilih makanan yang memiliki rasa enak dan cepat disajikan, hingga warna yang menarik. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku konsumsi makanan cepat saji adalah pengetahuan, pengaruh teman sebaya, tempat nyaman untuk berkumpul, rasa yang enak, cepat dan praktis, Uang saku, harga yang murah, dan brand makanan cepat saji (Yamin *et al.*, 2021).

Apabila remaja terus-terusan mengonsumsi makanan cepat saji, maka mereka akan merasakan dampak yang tidak baik bagi kesehatannya yang disebabkan dari mengonsumsi makanan cepat saji itu sendiri. Remaja pada umumnya menyukai makanan cepat saji (fast food) karena cepat dan efisien dalam penyajiannya. Prevalensi masyarakat Indonesia yang mengonsumsi makanan cepat saji, yaitu 69% dengan rincian 33% makan siang, 25% makan malam, 9% makan selingan, dan 2% sarapan (11). Kejadian obesitas di Indonesia menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia mengalami peningkatan, yaitu dari 14,8% (2013) menjadi 21,8% (2018) (12). Permasalahan status gizi berlebih lebih sering terjadi pada usia >18 tahun. Angka kejadian status gizi berlebih di Provinsi Jawa Barat pada usia >18 tahun berdasarkan hasil pengukuran IMT, sebesar 15,2% obesitas dan 11,7% overweight Adapun dampak yang dapat ditimbulkan akibat dari mengonsumsi makanan cepat saji dapat menyebabkan timbulnya penyakit yang berbahaya seperti obesitas atau kegemukan, Meningkatkan Faktor Resiko Tekanan Darah Tinggi (Hipertensi), Meningkatkan Faktor Resiko Diabetes, Meningkatkan Faktor Resiko

Kanker, Meningkatkan Faktor Resiko Penyakit Jantung, dan Meningkatkan Faktor Resiko Stroke (Mahfuroh *et al.*, 2024)

Upaya bersama dan kesadaran bersama memang sangat penting dalam menanggulangi masalah kesehatan terkait konsumsi junk food dan gaya hidup instan. Salah satu langkah konkret yang dapat dilakukan adalah melalui sosialisasi agar dapat meningkatkan kesadaran dan pemahaman remaja atau pelajar tentang bahaya junk food bagi kesehatan sebagai masalah fundamental yang harus diperhatikan (Jusuf *et al.*, 2024)

Berdasarkan latar belakang tersebut, kegiatan sosialisasi kepada siswa SMK Sentra Medika ini bertujuan untuk menambah kesadaran serta pemahaman mengenai akan kesadaran hidup kesehatan mengenai makanan cepat saji vs kesehatan remaja. Hasil yang diharapkan dari kegiatan sosialisasi ini adalah siswa/i dapat mengetahui apa saja dampak dan faktor pada saat mengkonsumsi makanan cepat saji secara berlebihan.

### PELAKSANAAN DAN METODE

Pada kegiatan edukasi ini dilaksanakan secara langsung dengan menggunakan media *powerpoint* sebagai alat bantu dalam menyampaikan materi yang mencakup semua aspek dan dampak dari makanan cepat saji. Sasaran dari sosialisasi ini yaitu siswa/i SMK Sentra Medika sebanyak 30 peserta didik. Sosialisasi dilaksanakan pada Selasa, 18 Juni 2024. Metode yang digunakan adalah metode one grup pre-test post-test design yaitu penelitian yang memberikan tes awal (*pre-test*) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (*post-test*). Pada kegiatan ini diawali dengan *pre-test* dan diakhiri dengan *post-test* yang dibagikan secara langsung untuk mengukur pemahaman siswa/i sebelum dan sesudah dilakukan edukasi. Keberhasilan ditentukan dengan membandingkan nilai *pre-test* dan nilai *post-test*. Tujuan dilakukan *pre-test* dan *post-test* untuk mengetahui apakah peserta didik sudah mengerti dan memahami mengenai materi yang diberikan.

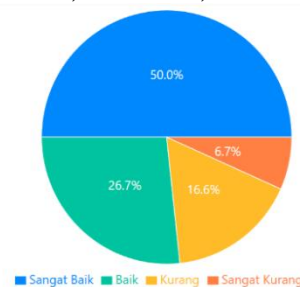
### HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hari Senin, 18 Juni 2024 sosialisasi diadakan di ruang aula SMK Sentra Medika. Kegiatan sosialisasi dihadiri oleh 30 siswa sebagai peserta, kegiatan berlangsung dari pukul 10.00 WIB sampai selesai. Sebelum pemaparan materi, siswa/i diminta mengisi lembar *pre-test*, selanjutnya pemaparan materi oleh narasumber dengan tema makanan cepat saji dan kesehatan remaja.

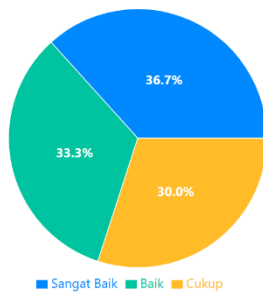
Gambar 1. Sosialisasi di SMK Sentra Medika



Hasil pre-test dan post-test pengetahuan siswa/i SMK Sentra Medika terdapat peningkatan yang signifikan. Diketahui bahwa sebelum sebelum dilakukan sosialisasi, terdapat sebagian siswa/i yang masuk kedalam kategori “kurang dan sangat kurang” dengan skor 16,6% dan 6,7%.



Gambar 2. Grafik hasil *pre-test*



Gambar 3. Grafik Hasil *Post-test*

Setelah dilakukan sosialisasi, skor pengetahuan siswa meningkat.

Tabel 1. Nilai Rata-Rata Pretest dan Posttest

Kategori	Nilai Rata-Rata
<i>Pretest</i>	64%
<i>Posttest</i>	80,7%

Berdasarkan hasil nilai rata-rata pretest dan post-test diketahui bahwa terdapat peningkatan. Menandakan terdapat perbedaan pengetahuan yang signifikan, bahwa sebelum sosialisasi sebagian besar pengetahuan responden akan kesehatan masih rendah.



Gambar 4. Kegiatan Evaluasi

Diketahui juga bahwa sebelum sosialisasi sebagian besar responden 64% belum mengetahui tentang pentingnya kesehatan.

Pada dasarnya kesehatan sangat berkaitan dengan kehidupan sehari-hari pada remaja serta aktifitas fisik. Hal ini lah yang menjadi alasan dasar kenapa perlu dilakukannya sosialisasi kesadaran akan kesehatan pada remaja. Jika dilihat dari hasil jawaban responden diketahui bahwa setelah dilakukan sosialisasi sebagian besar responden 80,7% sudah mengetahui akan manfaat dari

pentingnya kesehatan. Pengetahuan siswa akan kesehatan berpengaruh pada prestasi belajar, insomnia, kesehatan tubuh dan aktifitas fisik sudah baik, dengan presentasi jawaban siswa yang sudah diberikan pemaparan materi, pengetahuan responden meningkat, 80% menjawab dengan benar.

## PENUTUP

Saat ini berbagai macam olahan makan sangat menarik perhatian remaja karena harga murah dan terjangkau oleh karena itu, kegiatan ini dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan remaja akan kesadaran untuk mengkonsumsi makanan sehat demi mendukung pertumbuhan dan kesehatan yang optimal. Dengan demikian target sosialisasi yaitu kepada siswa/i SMK Sentra Medika diharapkan dapat memberikan pengetahuan tentang menjaga hidup sehat salah satunya mulai dari pemilihan makanan.

## Simpulan

Penting bagi remaja untuk menyadari dampak negatif dari konsumsi makanan cepat saji terhadap kesehatan. Melalui sosialisasi dan dukungan dari berbagai pihak, diharapkan remaja dapat memilih makanan yang lebih sehat dan mengadopsi pola hidup yang lebih baik demi kesehatan jangka panjang. Berdasarkan hasil evaluasi menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada siswa SMK Sentra Medika Cikarang.

## Saran

Siswa/i diharapkan dapat menjadi agen perubahan yang mampu memilih makanan yang berada dilingkungan sekitar.

## Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada pihak guru dan siswa SMK Sentra Medika Cikarang yang telah memberikan izin menggunakan tempat dan menyediakan waktu untuk kegiatan sosialisasi ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Alfora, D., Saori, E., & Fajriah, L. N. (2023). Pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap gizi remaja. *FLORONA : Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 2(1), 43–49.

<https://doi.org/10.55904/florona.v2i1.688>

Ariyana, D., & Wiwin, W. (2020). Hubungan Pengetahuan dengan Kebiasaan Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) pada Siswa-Siswi Kelas XI di SMA Negeri Samarinda. *Borneo Student Research*, 1(3), 1841–1846. <https://dspace.umkt.ac.id/handle/463.2017/1586>

Jusuf, H., Adityaningrum, A., Tiara Kartika, I., & Arsad, N. (2024). Sosialisasi Edukasi Dampak Makanan Cepat Saji Bagi Kesehatan Di Smp Negeri 1 Telaga Biru. *Educational Counseling on the Impact of Fast Food on Health At Smp Negeri 1 Telaga Biru. Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 21–34. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jpkm/index>

Laksono, R. A., Mukti, N. D., & Nurhamidah, D. (2022). Dampak Makanan Cepat Saji

Terhadap Kesehatan pada Mahasiswa Program Studi “X” Perguruan Tinggi “Y.” *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*, 14(1), 35–39.

<https://doi.org/10.52022/jikm.v14i1.282>

Mahfuroh, Iftah, I., et al. (2024). Upaya Peningkatan Kesadaran Akan Kesehatan Pada Generasi Z untuk Aktif Hidup Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sundaram*, 2(1), 56-61

Yamin, M., Jufri, A. W., Jamaluddin, J., & Khairuddin, K. (2021). Makanan Siap Saji dan Dampaknya terhadap Kesehatan Manusia. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(3).

<https://doi.org/10.29303/jpmpi.v4i3.936>

## STRATEGI PEMBERDAYAAN MASYARAKAT UNTUK MANDIRI DALAM PENCEGAHAN DAN PERAWATAN DIABETES MELLITUS MELALUI EDUKASI DIET DI NGUTER, SUKOHARJO

Heni Nur Kusumawati<sup>1</sup>, Imrok Atus Sholihah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Jurusan Akupunktur, Poltekkes Kemenkes Surakarta

[Imrokatussholihah6@gmail.com](mailto:Imrokatussholihah6@gmail.com)

Received: 28 December 2024; Revised: 7 January 2025; Accepted: 14 January 2025

### Abstract

*Diabetes mellitus is a disease characterized by an excess of sugar in the blood, which is widely prevalent in the community and represents one of the leading causes of death and morbidity worldwide. The objective of this community service activity was to empower residents of RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Sukoharjo, so that they would become self-reliant in preventing and managing diabetes mellitus through the adoption of a healthy eating pattern based on diabetes diet principles. The counseling method is one approach, technique, or strategy for achieving a specific goal given the existing situation, conditions, and available resources. A diet is a way of regulating the amount of food and drink entering the body to achieve an ideal body weight. The definition of "diet" varies greatly among individuals, since each person has their own aims and objectives when undertaking a dietary program. The purpose of diet management in cases of diabetes mellitus is to help the community adopt a healthier lifestyle by choosing the appropriate foods to prevent diabetes mellitus. Activities included preparing health counseling materials, measuring blood glucose levels in 40 community members, conducting health counseling on diet for diabetes mellitus, and performing monitoring and evaluation through a follow-up glucose measurement one week later. The initial blood glucose readings were compared with the follow-up measurements. Both the community members and health cadres experienced an 80 % increase in knowledge about healthy eating management. The daily implementation of a healthy diet led to a reduction in blood glucose levels after the health counseling intervention. After the health counseling on diet for diabetes mellitus, community members demonstrated an ability to act independently in preventing and managing diabetes mellitus.*

*Keywords: community empowerment, health counseling, diabetes mellitus diet*

### Abstrak

Diabetes mellitus merupakan penyakit yang ditandai adanya gula berlebih dalam darah yang banyak diderita masyarakat dan sebagai penyebab kematian yang paling besar dan menimbulkan kesakitan yang paling tinggi dengan prevalensi tinggi di dunia. Tujuan pengabdian yaitu memberdayakan masyarakat RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Sukoharjo agar memiliki kemandirian dalam mencegah dan merawat diabetes mellitus melalui penerapan pola makan sehat berdasarkan prinsip diet diabetes mellitus. Metode penyuluhan salah satu cara, teknik atau strategi untuk mencapai suatu tujuan dengan situasi dan kondisi serta sumber daya yang tersedia. Diet adalah cara mengatur jumlah makan dan minum yang masuk ke dalam tubuh untuk mencapai berat badan yang ideal. Pengertian diet untuk banyak orang sangat berbeda-beda, karena semua orang memiliki maksud dan tujuan yang ingin dicapai ketika melakukan program diet. Tujuan dari penatalaksanaan diet pada kasus diabetes mellitus adalah untuk membantu masyarakat agar lebih menerapkan pola hidup sehat dengan diet makanan yang tepat untuk pencegahan diabetes mellitus. Penyusunan materi penyuluhan kesehatan, pemeriksaan

kadar gula darah kepada masyarakat (40 orang), penyuluhan kesehatan diet pada kasus diabetes mellitus, monitoring dan evaluasi dengan follow up pemeriksaan kadar gula darah setelah satu minggu. Hasil pemeriksaan kadar gula darah pertama dibandingkan dengan hasil pemeriksaan terbaru. Masyarakat dan kader kesehatan mengalami peningkatan pengetahuan tentang manajemen pola makan sehat sebanyak 80%. Penerapan diet sehat sehari-hari dapat menurunkan kadar gula darah setelah pelaksanaan penyuluhan kesehatan. Masyarakat mampu memahami bersikap mandiri dalam pencegahan dan perawatan diabetes mellitus setelah pelaksanaan penyuluhan kesehatan diet pada kasus diabetes mellitus.

**Kata Kunci:** Pemberdayaan masyarakat, penyuluhan kesehatan, diet diabetes mellitus

## PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan penyakit yang banyak menyerang masyarakat dan sebagai penyebab kematian yang paling besar dan menimbulkan kesakitan yang paling tinggi. Beberapa negara maju seperti *USA*, Diabetes Melitus dapat diderita pada satu dari dua orang di atas usia 50 tahun dan prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia berkisar antara 8,6–10% atau diperkirakan 15 juta orang. Prevalensi yang terjadi akan mengalami kecenderungan menjadi Diabetes mellitus berat. Berdasarkan data Riskesdas (Riset Kesehatan Dasar) (2013), melaporkan prevalensi Diabetes Melitus di Indonesia masih sebesar 26,5 % dan Jawa tengah 26,4%. Prevalensi Diabetes Melitus menurut karakteristik responden, tampak meningkat sesuai peningkatan umur responden: umur 55-64 tahun (45,9 %) umur 65-74 tahun (57,6%) , dan yang umur 75 tahun lebih sebanyak (63,8%). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah (2011) menyebutkan bahwa prevalensi kasus Diabetes Melitus essensial di Provinsi Jawa Tengah sebesar 1,96%.

Kecamatan Nguter merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Sukoharjo yang memiliki kontur wilayah yang datar. Salah satu kelurahan yang ada di Kecamatan Nguter adalah kelurahan Nguter. Kelurahan Nguter memiliki luas sebesar 5.49 Ha, di bagi menjadi 32 Rukun Warga (RW) dan 120 Rukun

Tetangga (RT). Jumlah penduduk di kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter berkisar 11.877 jiwa, dengan pembagian 5.346 kepala keluarga.

Berdasarkan data yang didapat dari kader kesehatan di Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo masalah terbesar penduduk di daerah tersebut adalah diabetes melitus. Keterangan yang didapatkan dari kader menerangkan besar kemungkinan kondisi ini disebabkan karena pola makan yang kurang tepat, tidak adanya diet rendah garam, stres serta kesibukan pekerjaan.

Diet adalah kegiatan makan makanan dengan cara diatur untuk mencapai atau menjaga berat badan yang terkontrol atau mengontrol makanan pencetus timbulnya penyakit. Tujuan dari penatalaksanaan diet pada kasus diabetes melitus adalah untuk membantu menurunkan tekanan darah dan mempertahankan tekanan darah menuju normal.

Atas dasar hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat dengan dengan judul “Pemberdayaan Masyarakat agar Dapat Bersikap Mandiri Dalam Pencegahan Penyakit Melalui Penyuluhan Kesehatan Tentang Diet Dalam Kasus Diabetes mellitus Pada Masyarakat di Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo

“sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat yang merupakan salah satu pilar dari Tri Darma Perguruan Tinggi.

## PELAKSANAAN DAN METODE

Metode pelaksanaan pada Pengabdian Pada Masyarakat (PPM) adalah dengan mengadakan penyuluhan tentang diet dalam kasus Diabetes Mellitus pada masyarakat dan kader kesehatan di Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo. Proses pelaksanaan sebagai berikut:

- a. Penyusunan bahan atau materi penyuluhan  
Sebelum sosialisasi dilaksanakan terlebih dahulu tim dosen mempersiapkan bahan berupa materi PPT yang akan digunakan dalam melaksanakan penyuluhan tentang diet dalam kasus diabetes mellitus pada masyarakat dan kader kesehatan di Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo.
- b. Pelaksanan Persiapan  
Sebelum penyampaian materi penyuluhan, tim dosen melakukan pemeriksaan kadar Gula darah pemeriksaan dengan alat pemeriksaan digital *auto check*.
- c. Pelaksanaan Penyuluhan  
Penyuluhan tentang diet dalam kasus Anemia pada masyarakat dan kader kesehatan di Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo Materi penyuluhan diberikan oleh tim dosen. Tim Dosen menyampaikan tentang diet dalam kasus diabetes mellitus melalui fasilitas infocus, papan tulis dan media lainnya (leaflet, model real sayur buah lauk), sedangkan metode penyuluhan

menggunakan metode ceramah, tanya jawab dan diskusi antara dosen - masyarakat - kader kesehatan.

- d. Pelaksanaan monitoring dan evaluasi  
Setelah satu minggu pelaksanaan penyuluhan kemudian dilakukan monitoring dan evaluasi dengan melakukan follow up pemeriksaan kadar gula darah dan membandingkan hasil pemeriksaan kadar gula darah sebelumnya dengan hasil pemeriksaan terbaru.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan kesehatan diberikan kepada warga dan kader kesehatan di Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo. Tujuan dari penyuluhan ini adalah untuk memberikan pemahaman dan meningkatkan pengetahuan memberdayakan sikap mandiri dalam pencegahan penyakit kepada masyarakat dan kader kesehatan tentang diet diabetes mellitus. Menurut Prakoso et al., (2023) pemberdayaan dengan Metode Pendidikan Orang Dewasa (POD) melalui edu game atau game edukasi dapat digunakan sebagai salah satu media pendidikan yang bisa digunakan sebagai media pembelajaran untuk menyampaikan informasi untuk mengajak belajar sambil bermain.

Kegiatan penyuluhan dengan metode ceramah dan tanya jawab. Ceramah merupakan proses transfer informasi dari pengajar ke sasaran belajar. Dalam proses transfer informasi ada 3 elemen yang penting, yaitu pengajar, materi pengajaran dan sasaran belajar (Kusuma, 2022). Metode ceramah tersebut dipilih karena metode tersebut telah dianggap sebagai metode yang baik dan mudah diterima oleh sasaran. Tidak hanya baik digunakan pada sasaran yang berpendidikan tinggi, tetapi metode ini juga cocok untuk

sasaran yang berpendidikan rendah. Metode ceramah juga dapat digunakan sebagai metode penyuluhan dengan jumlah peserta yang cukup banyak (Yulinda *et al.*, 2018). Keunggulan metode ceramah adalah dapat digunakan pada orang dewasa, penggunaan waktu yang efisien, dapat dipakai pada kelompok yang besar, tidak terlalu banyak melibatkan alat bantu pengajaran, dapat dipakai untuk memberi pengantar pada pelajaran atau suatu kegiatan (Sulistiani *et al.*, 2021).

Seluruh peserta penyuluhan yaitu masyarakat dan kader kesehatan sangat bersemangat dalam mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan ini. Berdasarkan evaluasi pelaksanaan kegiatan ini, warga dan kader kesehatan mengalami peningkatan pengetahuan tentang diet sehat dan penatalaksanaan diabetes mellitus serta pencegahannya, hal tersebut dibuktikan dengan 8 orang (80%) peserta mampu menjawab pertanyaan dengan baik dan benar dari 10 soal pertanyaan yang diberikan. Sejalan dengan Azizah & Dwi Prakoso, (2024) menyatakan bahwa edukasi merupakan langkah efektif yang dapat memainkan peran penting dalam mengatasi masalah ini dengan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran. Peningkatan signifikan dalam hasil *post-test* menunjukkan bahwa metode edukasi yang diterapkan sangat efektif. Metode pengajaran interaktif dan motivasi dalam pendidikan Kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan motivasi dan pemahaman siswa/i di SDN Pasir Gombong 04.

Mendukung penelitian ini, Ayu R *et al.*, (2023) menyatakan bahwa edukasi dan sosialisasi dilaksanakan dengan menyampaikan materi tentang vaksin Covid-19, mencakup definisi, tujuan, manfaat, persyaratan vaksinasi, kelompok prioritas, serta tata cara pelaksanaannya terbukti

meningkatkan pemahaman yang signifikan sebesar 76% dan peningkatan jumlah vaksinasi sebanyak 4%. Selama proses vaksinasi, warga juga diberikan pula informasi mengenai protokol kesehatan yang harus dipatuhi sebelum vaksinasi, serta pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sosialisasi dan edukasi merupakan salah satu upaya yang dapat untuk berkomunikasi secara langsung kepada masyarakat dengan menggunakan berbagai media dan alat bantu lainnya yang dapat membantu meningkatkan pengetahuan.

## PENUTUP

Hasil yang didapatkan dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah warga dan kader kesehatan memiliki pengetahuan yang meningkat tentang penatalaksanaan diet pada kasus diabetes mellitus sebesar 80%. Masyarakat mampu memahami bersikap mandiri dalam pencegahan dan perawatan diabetes mellitus setelah pelaksanaan penyuluhan kesehatan diet pada kasus diabetes mellitus.

## Simpulan

Pengabdian masyarakat ini merupakan bentuk nyata dari pengamalan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan penerapan aplikasi hasil penelitian. Tujuan utama dari pengabdian masyarakat ini yaitu memberdayakan masyarakat (warga) untuk melakukan upaya peningkatan kesehatan masyarakat dengan cara diet dalam upaya pencegahan dan pemeliharaan diabetes mellitus

## Saran

Masyarakat di Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo senantiasa menerapkan pola hidup sehat guna mencegah diabetes mellitus

## Ucapan Terima Kasih

Trimakasih kepada masyarakat Nguter RT 02 RW 04, Kelurahan Nguter, Kecamatan Nguter, Kabupaten Sukoharjo dan Poltekkes Kemenkes Surakarta.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ayu R, A., Mawaddah, A. Z., Syifa Ibrahim, S. A., & Prakoso, A. D. (2023). Edukasi dan Sosialisasi Kegiatan Vaksinasi Covid-19 Pada Masyarakat Desa Sukaindah Sebagai Upaya Dalam Mendukung Gerakan Berani (Bekasi Berantas Pandemi) Tahun 2021. *Jurnal Pelayanan Dan Pengabdian Masyarakat (Pamas)*, 7(3), 266–278. <https://doi.org/10.52643/pamas.v7i3.1720>
- Azizah, M., & Dwi Prakoso, A. (2024). Peningkatan Pemahaman Anak Sekolah Dasar Negeri Pasir Gombang 04 Tentang Kejadian Diare. *JURNAL MEDIKA MENGABDI*, 01(01), 5–9. <https://doi.org/10.59981/yczmna39>
- Kusuma, T. (2022). Peran Edukasi Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Surya Muda*, 4(1), 61–78. <https://doi.org/10.38102/jsm.v4i1.162>
- Prakoso, A. D., Zahra Mawaddah, A., Tasya, D. A., & Istyaningrum, E. K. (2023). Kajali-JKN: Pembentukan Kader Remaja Peduli Jaminan Kesehatan Nasional Sebagai Upaya Peningkatan Kepatuhan Iuran Pada Peserta JKN. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 1028–1039. <https://doi.org/10.31949/jb.v4i2.4460>
- Sulistiani RP, Fitriyanti AR, D. L. (2021). Pengaruh Edukasi Pencegahan Anemia dengan Metode Kombinasi Ceramah dan Team Game Tournament Pada Remaja Putri. *Sport and Nutrition Journal*, 3(1), 39–47. <https://doi.org/10.15294/spnj.v3i1.44880>
- Yulinda, A, Fitriyah, N. (2018). Efektivitas Penyuluhan Metode Ceramah Dan Audiovisual Dalam Meningkatkan Pengetahuan Dan Sikap Tentang SADARI Di SMKN 5 Surabaya. *Jurnal Promkes*, 6(2), 116–128.