




Education on healthy living behavior during self-isolation for children based on the guidelines of Ikatan Dokter Anak Indonesia

Indriyati Hadi Sulistyaningrum , Arifin Santoso, Fildza Huwaina Fathnin

Universitas Islam Sultan Agung, Semarang, Indonesia

 indriyati@unissula.ac.id

 <https://doi.org/10.31603/ce.6325>

Abstract

This community service activity aims to educate children less than 5 years old, as an effort to provide information related to the consumption of drugs, vitamins and healthy living behavior while doing self-isolation. The community service method used is to provide education related to the procedures for consuming drugs, vitamins, and healthy living behaviors that are associated with conditions when children undergo independent isolation. The guidelines used in the education process are the guidelines for child self-isolation published by Ikatan Dokter Anak Indonesia. This service was carried out at Raudhatul Adfal IT Cendekia Kebonagung, Demak, Central Java. The results obtained are an increase in understanding of students and parents in consuming vitamins, independent isolation, and healthy clean-living behavior.

Keywords: *Child self-isolation; Covid-19 prevention; Drug consumption; Healthy lifestyle*

Edukasi perilaku hidup sehat pada saat isolasi mandiri pada anak berdasarkan panduan Ikatan Dokter Anak Indonesia

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengedukasi kepada anak-anak berusia kurang dari 5 tahun, sebagai upaya untuk memberikan informasi terkait konsumsi obat, vitamin dan perilaku hidup sehat saat melakukan isolasi mandiri. Metode pengabdian masyarakat yang digunakan adalah dengan memberikan edukasi terkait tata cara konsumsi obat, vitamin, dan perilaku hidup sehat yang dikaitkan dengan kondisi saat anak menjalani isolasi mandiri. Pedoman yang digunakan dalam proses edukasi adalah panduan isolasi mandiri anak yang diterbitkan oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia. Pengabdian ini dilakukan di Raudhatul Adfal IT Cendekia Kebonagung, Demak, Jawa Tengah. Hasil yang didapatkan adalah peningkatan pemahaman para siswa dan orang tua dalam konsumsi vitamin, isolasi mandiri, dan perilaku hidup bersih sehat.

Kata Kunci: Isolasi mandiri anak; Pencegahan Covid-19; Konsumsi obat; Perilaku hidup sehat

1. Pendahuluan

Infeksi Covid-19 saat ini masih menjadi wabah di berbagai negara, termasuk di Indonesia. Beberapa lapisan masyarakat mengkhawatirkan kondisi ini karena mampu menyebabkan kondisi klinis memburuk dengan adanya gejala baik ringan hingga berat. Infeksi ini masih memiliki angka kejadian yang tinggi, yaitu sekitar 56 juta pada tahun 2020 (Kementerian Kesehatan RI, 2020b). Distribusi usia dari infeksi ini yaitu 50-59 tahun

(20,9%), 40-49 tahun (16,5%), 30-39 tahun (15,9%), dan kurang dari 30 tahun (11,8%) (Vermonte & Wicaksono, 2020).

Data tersebut menunjukkan bahwa infeksi Covid-19 mampu menyerang kalangan usia berapapun. Usia produktif dan lansia selalu menjadi sorotan utama untuk penanganan infeksi Covid-19 karena terkait dengan risiko imunitas yang dimiliki kelompok tersebut (Kementerian Kesehatan RI, 2020a). Sehingga, sering kali rentang usia anak kurang tersentuh dalam penanganan infeksi Covid-19, terutama anak usia kurang dari 7 tahun. Anak usia 1 hingga 6 tahun adalah golongan usia yang belum mampu memahami situasi dan kondisi dari kejadian wabah. Usia ini mendapatkan informasi hanya dengan mengandalkan ilmu pengetahuan dan kemampuan edukasi orang tua, karena mereka adalah pendidik utama dalam keluarga. Sedangkan tiap orang tua memiliki kemampuan yang berbeda dalam menyampaikan maksud dan tujuan (Novrinda et al., 2017). Kondisi seperti ini rawan akan terjadinya degradasi informasi.

Hal ini didukung dengan data yang menunjukkan, bahwa angka kematian (*Case fatality rate*/CFR) untuk anak usia 1-6 tahun pada Mei hingga Juni 2021 di Indonesia adalah 1%. CFR ini adalah yang tertinggi dibanding kelompok usia anak lainnya, seperti 7-12 tahun (0,18%), 13-15 tahun (0,15%), dan 16-18 tahun (0,22%). Selain itu, kondisi infeksi virus corona pada anak sering dianggap sebagai flu, batuk, dan demam biasa karena gejala yang muncul serupa (Tim Kerja Kementerian Dalam Negeri, 2020). Sebagian orang tua kurang memahami urgensi untuk memberikan pengelolaan khusus ketika anak ada di rumah, baik dalam asupan makanan, vitamin, maupun perilaku hidup sehat saat isolasi mandiri. Pemberian edukasi mengenai perilaku hidup sehat mampu menunjukkan adanya peningkatan pemahaman, keterampilan, serta kemampuan menerapkan perilaku hidup sehat itu sendiri diantaranya seperti menerapkan protokol kesehatan, meningkatkan imunitas melalui kegiatan fisik, budidaya tanaman herbal dan konsumsi makanan sehat (Margowati et al., 2021).

TK Raudhatul Adfal IT merupakan sekolah yang terletak di Demak, Jawa Tengah. Sekolah tersebut memiliki jumlah siswa lebih dari 60, dengan pembelajaran yang melibatkan pada kemampuan siswa dalam berinteraksi dan berpraktik. Kemampuan interaksi dapat diasah melalui pemberian sosialisasi. Selain itu, sekolah mitra merupakan salah satu sekolah yang telah menerapkan pembelajaran tatap muka (PTM) selama masa pandemi. Siswa TK terdiri dari anak berusia 3 sampai 6 tahun dimana usia ini sulit melakukan pengendalian protokol kesehatan. TK Raudhatul Adfal IT juga terletak di Kebonagung yang masuk ke dalam zonasi desa sebaran positif Covid-19 di Kabupaten Demak (Dinas Kesehatan Kabupaten Demak, 2021). Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan edukasi kepada anak-anak berusia kurang dari 5 tahun, sebagai upaya untuk memberikan informasi terkait konsumsi obat, vitamin dan perilaku hidup sehat saat melakukan isolasi mandiri. Pedoman edukasi harus mudah untuk dipahami oleh anak-anak, sehingga penggunaan pedoman dari Ikatan Dokter Anak Indonesia menjadi hal yang tepat dalam proses pengabdian ini.

2. Metode

Pelaksanaan pengabdian ini dilakukan di Raudhatul Adfal IT Cendekia Kebonagung, Demak, Jawa Tengah yang diselenggarakan pada 19 November 2021. Sasaran dari pengabdian adalah anak-anak berusia 1 sampai 5 tahun di sekolah tersebut yang didampingi oleh orang tua. Metode pengabdian masyarakat yang digunakan adalah

dengan memberikan edukasi terkait tata cara konsumsi obat, vitamin, dan perilaku hidup sehat yang dikaitkan dengan kondisi saat anak menjalani isolasi mandiri. Pedoman yang digunakan dalam proses edukasi adalah panduan isolasi mandiri anak yang diterbitkan oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Edukasi penggunaan obat dan vitamin

Gambar 1 menunjukkan kegiatan edukasi penggunaan obat dan vitamin. Edukasi ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan anak dan membangun daya kritis anak dalam memahami cara konsumsi obat dan vitamin. Selain itu, dalam proses edukasi juga dijelaskan bahwa obat atau vitamin bukanlah hal yang perlu untuk ditakuti, namun justru harus dikonsumsi dengan tujuan segera pulih dari kondisi sakit. Obat dan vitamin yang masuk ke dalam proses edukasi adalah obat yang perlu disediakan selama wabah Covid-19, seperti parasetamol, zink, vitamin C, dan vitamin D. Beberapa orang tua dari siswa TK hadir dalam pertemuan edukasi ini, sehingga mampu memperkuat dan menyamakan persepsi informasi mengenai penggunaan obat dan vitamin.



Gambar 1. Kegiatan sosialisasi edukasi penggunaan obat dan vitamin

3.2. Edukasi perilaku hidup sehat saat isolasi mandiri

Perilaku hidup sehat saat isolasi mandiri dijelaskan dalam bentuk gambar dan video animasi, kemudian diperagakan oleh edukator dan diikuti oleh peserta seperti yang terlihat pada **Gambar 2**. Hal-hal yang disampaikan mencakup cara cuci tangan yang benar menggunakan sabun atau *hand sanitizer*, etika batuk dan bersin, protokol kesehatan. Protokol kesehatan mencakup penggunaan masker, menjaga jarak, dan hindari keluar rumah jika tidak perlu. Kegiatan ini memberikan hasil berupa pemahaman anak terhadap pentingnya perilaku hidup sehat.



Gambar 2. Kegiatan edukasi perilaku hidup sehat saat isolasi mandiri

3.3. Pembagian vitamin dan masker

Vitamin yang dibagikan adalah vitamin C 50 mg tablet hisap. Pembagian vitamin dan masker bertujuan untuk merealisasikan kegiatan edukasi yang telah dilakukan (Gambar 3). Memberikan praktik langsung dalam konsumsi vitamin mampu mengurangi ketakutan terhadap obat. Pemberian masker memiliki maksud untuk menekankan protokol kesehatan dalam lingkungan sekolah.



Gambar 3. Kegiatan pembagian masker dan vitamin

4. Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi konsumsi obat dan vitamin yang rasional serta perilaku hidup sehat pada anak sesuai pedoman Ikatan Dokter Anak Indonesia berjalan sesuai dengan program yang direncanakan. Hasil yang didapatkan adalah peningkatan pemahaman para siswa dan orang tua dalam konsumsi vitamin, isolasi mandiri, dan perilaku hidup bersih sehat. Kendala yang didapatkan selama pelaksanaan adalah waktu yang diberikan oleh pihak sekolah terlalu singkat karena berkaitan dengan kebijakan pertemuan tatap muka oleh pemerintah, namun seluruh inti dari pengabdian telah dilaksanakan.

Ucapan Terima Kasih

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada LPPM (Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat) Universitas Islam Sultan Agung atas terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat.

Daftar Pustaka

- Dinas Kesehatan Kabupaten Demak. (2021). *Pusat Informasi Covid-19 di Kabupaten Demak*. Demakkab.Go.Id.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020a). *Hindari Lansia dari Covid-19*. Kemkes.Go.Id.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020b). *Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (Covid-19) 22 November 2020*. Kemkes.Go.Id.
- Margowati, S., Ratnasari, M. D., Ardiyaningrum, D., Sari, D. A., & Normalita, I. (2021). Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Masyarakat Terhadap Protokol Kesehatan di Masa Pandemi Covid-19. *Community Empowerment*, 6(4), 524–531. <https://doi.org/10.31603/ce.4444>

- Novrinda, Kurniah, N., & Yulidesni. (2017). Peran Orangtua Dalam Pendidikan Anak Usia Dini Ditinjau Dari Latar Belakang Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 2(1). <https://doi.org/10.33369/jip.2.1.39-46>
- Tim Kerja Kementerian Dalam Negeri. (2020). Pedoman Umum Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19 Bagi Pemerintah Daerah. In *Tim Kerja Kementerian Dalam Negeri*. Kementrian Dalam Negeri RI.
- Vermonte, P., & Wicaksono, T. Y. (2020). Karakteristik dan Persebaran Covid-19 di Indonesia: Temuan Awal. In *CSIS Commentaries*.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License
