



Volume 07 No.01
Juni 2022
e-ISSN : 2721-4133
p-ISSN : 2597-7210

jurnal Asawika

media sosialisasi abdimas widya karya



DESAIN FASILITAS RUANG SERBA GUNA WISATA KULINER DELES SURABAYA

Widriyakara Setiadi , Ludovikus Susanto, Sebtian Bagus E. L, Tito C. Tasiribut

PROMOSI KESEHATAN MENCEGAH INFEKSI SALURAN PERNAFASAN ATAS DENGAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Tuti Asrianti Utami, Irma Yulisa, Yohanes Neonbeni

PENINGKATAN CINTA LINGKUNGAN MELALUI SOSIALISASI DAN PELATIHAN PEMBENTUKAN BANK SAMPAH SEBAGAI UPAYA MENDUKUNG *PARIS AGREEMENT*

Djosept Harmat Tarigan; Pradono Budi Saputro; Fitri Sarasati; Andina Mustika Ayu

PEMBUATAN MODUL DAN PELATIHAN PERMAINAN TRADISIONAL BAGI GURU KB DAN TKK SANTO YUSUP 3 MALANG

Felik Sad Windu Wisnu Broto, Sahala Manalu, Santi Widyaningrum, Didit Prasetyo Nugroho.

PELATIHAN STRATEGI PEMAHAMAN *NARRATIVE READING* YANG BAIK BAGI SISWA KELAS VII SMP KATOLIK SANTO YOSEPH KEPANJEN

Rini Susrijani, Andy Endra Krisna

PEMBINAAN KETERAMPILAN MANAJERIAL PENGURUS YAYASAN KARMEL DENGAN KONSEP *APPRECIATIVE INQUIRY*

Riwidya Tri Oktavia, S.E., M.M., Albertus Herwanta, O. Carm., M.A.

SOSIALISASI TENTANG KEJAHATAN DUNIA MAYA (*CYBER CRIME*) KEPADA SISWA KELAS X SMAK ST. ALBERTUS MALANG

Celina Tri Swi Kristiyanti , Paraou Paskalis, Ferry Satria

Susunan Redaksi

Penanggung jawab: *Dr. Diah Imaningrum Susanti, SH.,M.Hum*

Ketua : *Dr. Agustinus Indradi, M.Pd*

Sekretaris : *A. Prisma Jalu Permana, S.Si., M.Si*

Anggota :

- 1. Dr. Dra. Lis Lestari Sukartiningsih, M.Si*
- 2. Dr. Dra. Anasthasia Triwulan B., M.M*
- 3. Dr. Celina Tri Siwi K., SH., M.Hum*
- 4. Dr. N.Tugur Redationo, S.T., M.T.*

Staf Pelaksana : Bambang Prayitno R.M., S.E.

Pengantar Redaksi

Segala puji syukur bagi Tuhan Yang Mahakasih, sebab hanya karena kasih-Nya semata, jurnal ASAWIKA Volume 07 Nomor 01, Juni 2022 ini bisa kembali terbit.

Keragaman tema dan asal perguruan tinggi pengirim artikel sungguh telah memperkaya jurnal ASAWIKA kali ini. Semoga pada edisi-edisi yang akan datang keragaman tema dan perguruan tinggi asal pengirim artikel lebih variatif lagi sehingga semakin memperkaya informasi di antara kita.

Kiranya kehadiran Jurnal ASAWIKA kali ini bisa menjadi motivasi baru bagi para dosen dalam melaksanakan dan memublikasikan hasil abdimasnya.

Salam Scientia ad Laborem

Redaksi,

ASAWIKA merupakan jurnal publikasi hasil pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan oleh para dosen di lingkungan kampus Unika Widya Karya Malang beserta para dosen di luar lingkungan Unika Widya Karya Malang. Jurnal ini diterbitkan oleh LPPM Unika Widya Karya Malang dua kali dalam satu tahun.



Lembaga Penelitian dan Pengabdian pada Masyarakat (LPPM)
Universitas Katolik Widya Karya Malang
Jalan Bondowoso No. 2 Malang 65115
Telepon (0341) 553171 E-mail: lppm@widyakarya.ac.id

Daftar Isi

<p>DESAIN FASILITAS RUANG SERBA GUNA WISATA KULINER DELES SURABAYA.....</p> <p>Widriyakara Setiadi, Ludovikus Susanto, Sebtian Bagus E. L, Tito C. Tasiribubut</p>	1
<p>PROMOSI KESEHATAN MENCEGAH INFEKSI SALURAN PERNAFASAN ATAS DENGAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT.....</p> <p>Tuti Asrianti Utami, Irma Yulisa, Yohanes Neonbeni</p>	7
<p>PENINGKATAN CINTA LINGKUNGAN MELALUI SOSIALISASI DAN PELATIHAN PEMBENTUKAN BANK SAMPAH SEBAGAI UPAYA Mendukung PARIS AGREEMENT</p> <p>Djosept Harmat Tarigan; Pradono Budi Saputro; Fitri Sarasati; Andina Mustika Ayu</p>	14
<p>PEMBUATAN MODUL DAN PELATIHAN PERMAINAN TRADISIONAL BAGI GURU KB DAN TKK SANTO YUSUP 3 MALANG.....</p> <p>Felik Sad Windu Wisnu Broto, Sahala Manalu, Santi Widyaningrum, Didit Prasetyo Nugroho</p>	22
<p>PELATIHAN STRATEGI PEMAHAMAN <i>NARRATIVE READING</i> YANG BAIK BAGI SISWA KELAS VII SMP KATOLIK SANTO YOSEPH KEPANJEN.....</p> <p>Rini Susrijani, Andy Endra Krisna</p>	28
<p>PEMBINAAN KETERAMPILAN MANAJERIAL PENGURUS YAYASAN KARMEL DENGAN KONSEP <i>APPRECIATIVE INQUIRY</i></p> <p>Riwidya Tri Oktavia, S.E., M.M., Albertus Herwanta, O. Carm., M.A.</p>	32
<p>SOSIALISASI TENTANG KEJAHATAN DUNIA MAYA (<i>CYBER CRIME</i>) KEPADA SISWA KELAS X SMAK ST. ALBERTUS MALANG</p> <p>Celina Tri Swi Kristiyanti, Paraou Paskalis, Ferry Satria</p>	38

PROMOSI KESEHATAN MENCEGAH INFEKSI SALURAN PERNAFASAN ATAS DENGAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

¹Tuti Asrianti Utami, ²Irma Yulisa, ³Yohanes Neonbeni
^{1,2,3} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus, Jakarta
Koresponden author: tutichaidir18@gmail.com

ABSTRAK

Infeksi saluran pernafasan atas (ISPA) merupakan masalah kesehatan yang mudah menular terutama pada balita. Pendekatan kesehatan melalui Posyandu mulai berkurang, orang tua lebih memilih untuk anaknya tinggal di rumah saja daripada datang ke pelayanan kesehatan, Indonesia mengalami keadaan ini, saat masa pandemi Covid-19. Ketika anak dalam kondisi sakitpun keluarga masih berupaya untuk lebih memilih di rumah. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tidak dilakukan selama di rumah, masih banyak orangtua yang tinggal dengan balitanya tetap merokok, ventilasi udara tidak terbuka, pemenuhan kebutuhan makanan untuk menyusui dan gizi seimbang belum dilakukan secara maksimal. Sehingga banyak kejadian anak balita menderita ISPA. Promosi kesehatan merupakan salah satu cara agar masyarakat sadar akan pentingnya menerapkan PHBS. Kegiatan ini diikuti oleh 27 ibu bersama balitanya di sekitar rumah susun Cinta Kasih Cengkareng. Kegiatan ini dilakukan menggunakan aplikasi daring dengan Zoom Meeting. Hasil evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat terlihat adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan peserta dalam melakukan cuci tangan dan batuk efektif. Diharapkan masyarakat dapat meningkatkan perilaku dalam PHBS seperti mencuci tangan dengan sabun yang benar, menggunakan masker, tidak merokok di lingkungan, melakukan imunisasi sesuai jadwal dan memberikan gizi seimbang, agar anak dapat terhindar dari ISPA dan virus COVID-19.

Kata Kunci: ISPA, PHBS, Promosi kesehatan.

ABSTRACT

Upper respiratory tract infections (URTIs) are a health problem that is easily transmitted, especially in toddlers. The health approach through Integrated Health Centers (IHCs) has begun to decline as parents prefer their children to stay at home rather than going to the clinics. This situation was widespread over Indonesia during the Covid-19 pandemic. When a child is ill, his/her family would still prefer at-home treatment. Clean and Healthy Behavior (CHB) was often not done while at home as there were many parents with toddlers who still smoked, their houses lack of adequate air ventilation, and lack of optimal food requirements and balanced nutrition for breastfeeding mothers. There were many cases of children under five who suffered from URTIs. Health promotion is one way for many people to be aware of the importance of implementing CHB. This community activity was attended by 27 mothers along with her toddlers in Cinta Kasih Flats, Cengkareng. This activity was carried out as online meetings via Zoom application. The results of the evaluation of community service activities show that there is an increase in the knowledge and ability of participants in carrying out effective hand washing and cough etiquette. It is hoped that the community can improve their CHB behavior such as washing hands with the appropriate soap, wearing masks, ceasing smoking in public spaces, taking vaccines according to schedule, and providing balanced nutrition, so that the children can avoid URTIs and the Covid-19 virus.

Key words: URTIs, CHB, Health promotion

1. PENDAHULUAN

Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2016-2030 memiliki salah satu target yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang disegala usia termasuk angka kematian bayi-anak. ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Atas) merupakan salah satu dari penyakit penyebab kematian tersebut. ISPA adalah radang akut saluran pernafasan atas maupun bawah yang disebabkan oleh infeksi jasad renik atau bakteri, virus, maupun reketsia tanpa atau disertai dengan radang parenkim paru (Wahyuningsih, 2017).

WHO (*World Health Organization*) menyatakan bahwa di dunia sekitar 13 juta anak balita meninggal setiap tahun dan sebagian besar kematian tersebut terjadi di negara Asia dan Afrika (WHO, 2017). Insidens ISPA menurut kelompok umur balita kebanyakan terjadi di beberapa negara berkembang seperti Burundi (5,5%), Haiti (12,1%), Nigeria (2,3 %), Filipina (1,1%), dan Senegal (5,2%) (WHO, 2017). Prevalensi ISPA di Indonesia berdasarkan diagnosis pada tahun 2018 paling banyak terjadi di Papua ($\pm 10\%$), diikuti oleh Bengkulu ($\pm 9\%$) dan NTT ($\pm 7,5\%$) (Kemenkes, 2019). Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan Angka Kematian Neonatus (AKN) sebesar 15 per 1.000 kelahiran hidup, Angka Kematian Bayi (AKB) yakni 24 per 1.000 kelahiran hidup, dan Angka Kematian Balita (AKABA) yakni 32 per 1.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2017).

Penelitian (Ranny, 2014) mengatakan bahwa adanya hubungan antara karakteristik balita dengan kejadian ISPA pada balita di Temanggung. Diantara 42% (21) balita yang mengalami riwayat BBLR diantaranya 18 balita mengalami pneumonia dan adanya hubungan yang bermakna antara balita yang lahir BBLR dengan kejadian ISPA ($p\ value = 0,000$) (Suprihatin, 2013). Ketika ibu telah melahirkanpun penting bagi ibu menyusui bayinya secara eksklusif. ASI mengandung gizi yang cukup lengkap dan mengandung imun untuk kekebalan tubuh bayi (Wahyuni, 2020).

ASI eksklusif selama enam bulan terbukti memberikan risiko yang lebih kecil terhadap berbagai penyakit infeksi, seperti

infeksi saluran pernapasan, infeksi telinga, infeksi saluran kemih, obesitas, diabetes, alergi, penyakit inflamasi saluran cerna dan kanker di kemudian hari. Manfaat ASI eksklusif yaitu memberikan perlindungan yang berkepanjangan terhadap infeksi saluran pernapasan di tahun pertama kehidupan (Tromp, 2017).

Inilah alasan ASI dianjurkan sebagai sumber makanan utama selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Angka kejadian ISPA yang tinggi dan masih rendahnya cakupan ASI eksklusif merupakan suatu masalah yang perlu mendapatkan perhatian (Endaryanto, 2013). Balita dengan status gizi kurang mempunyai resiko 1,591 kali lebih besar mengalami ISPA dibandingkan dengan balita dengan gizi baik (Septiani, 2020). Perlunya perhatian lebih dalam tumbuh kembang di usia balita didasarkan fakta bahwa kurang gizi yang terjadi pada masa emas ini akan berpengaruh pada kualitas tumbuh kembang anak (Mufida, 2015).

Makanan bukan satu-satunya kebutuhan dasar untuk mencapai tingkat kesehatan anak, selain itu harus dipenuhi dengan pemberian imunisasi sesuai usia. Penelitian oleh Wahyuni (2020) menjelaskan bahwa ada hubungan pemberian ASI eksklusif dan kelengkapan imunisasi dengan kejadian ISPA pada anak usia 12-24 bulan ($p\ value 0.002$). Anak yang tidak mendapatkan imunisasi lengkap 5 kali beresiko mengalami kejadian ISPA dibandingkan dengan anak yang mendapatkan imunisasi lengkap. Imunisasi merupakan upaya untuk meningkatkan atau menimbulkan kekebalan seseorang secara aktif terhadap penyakit, sehingga bila suatu saat terpajan dengan penyakit tersebut tidak akan sakit atau hanya mengalami sakit ringan.

Paparan asap rokok memperberat timbulnya ISPA, karena dari satu batang 229 rokok yang dinyalakan akan menghasilkan asap sampingan selama sekitar 10 menit, sementara asap utamanya hanya akan dikeluarkan pada waktu rokok itu dihisap dan biasanya hanya kurang dari 1 menit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara paparan asap rokok dan kejadian penyakit ISPA pada anak balita ($p\ value = 0,018$) dan paparan asap rokok

merupakan faktor risiko terhadap kejadian ISPA (OR=3,133) (Diniyah, 2019).

Seseorang bisa tertular ISPA ketika dia menghirup udara yang mengandung virus atau bakteri, yang dikeluarkan oleh penderita infeksi saluran pernapasan melalui bersin atau batuk. Untuk menghindari penyebaran virus maupun bakteri, sebaiknya mencuci tangan secara teratur, terutama setelah melakukan aktivitas di tempat umum (Rahman, 2021).

Menurut Dirjen PPM dalam penelitian (Luhukay, 2018) pencegahan ISPA dapat dilakukan dengan cara yaitu menjaga keadaan gizi agar tetap baik, imunisasi lengkap, menjaga kebersihan perorangan dan lingkungan, mencegah anak berhubungan langsung dengan anak penderita ISPA dan pengobatan segera. Orang tua dengan tingkat pengetahuan tinggi, memiliki kecenderungan berperilaku hidup bersih dan sehat, tidak dilakukannya PHBS akan meningkatkan resiko sebesar 5 kali lipat terjadinya ISPA berulang pada balita. Orang tua berperan dalam upaya pencegahan ISPA, antara lain pencegahan tertularnya penyakit dan perbaikan perilaku kesehatan seperti kebersihan perorangan, memilih makanan, sanitasi, pencahayaan dan pengadaan udara yang bersih (Rahmawati, 2020).

Berdasarkan survei di Rumah Sakit Cinta Kasih Tzu Chi yang mengalami ISPA sejak Januari 2017 sampai Desember 2019 diantara 110 balita ada sekitar 64 balita yang diagnosa bronchopneumonia. Beberapa penyebab terjadinya ISPA pada balita berdasar hasil pengkajian balita yang berobat jalan yaitu adanya kebiasaan orang tua yang merokok di rumah, status gizi yang kurang, imunisasi yang tidak lengkap, pemberian ASI eksklusif yang tidak tepat, sehingga dapat menyebabkan banyak balita yang rentan terhadap ISPA. Berdasarkan fenomena tersebut di atas, maka diperlukan promosi kesehatan untuk *Go Away ISPA*, tentang PHBS keluarga mencegah penyakit ISPA melalui gizi seimbang untuk anak usia 1-5 tahun. Kegiatan ini dapat berlangsung dengan adanya kerjasama dengan ketua RW 017 dan ibu-ibu rumah tangga di Rusun Cinta Kasih.

2. METODE ABDIMAS

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan beberapa metode terdiri dari:

a. Metode Observasi

Metode ini dilakukan sebelumnya untuk mengetahui kegiatan pengabdian masyarakat yang diperlukan, sehingga kami memutuskan untuk memberikan tentang tema “Cegah ISPA dengan Penerapan PHBS: *Go Away ISPA*”, kegiatan ini mendapat persetujuan dari ketua RW. Kemudian kami mencari keluarga yang mempunyai balita usia 1-5 tahun dan membuat kontrak waktu pada perwakilan davis.

b. Metode Ceramah

Metode ceramah ini dilakukan dengan memberikan informasi tentang *Go Away ISPA* diawali dengan mengenalkan tentang ISPA dan cara melakukan pencegahan ISPA melalui pemberian gizi seimbang, rutin imunisasi dan PHBS Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk *Go Away ISPA*.

c. Metode Tanya Jawab

Metode ini dilakukan untuk memberi kesempatan kepada ibu-ibu yang memiliki balita untuk menanyakan berbagai hal terkait materi yang telah disampaikan, sehingga materi tersebut dapat dipahami dan diimplementasikan di dalam memberikan asuhan kepada balitanya.

d. Metode Pemodelan

Metode ini dilakukan untuk memberikan cara mengimplementasi kegiatan penerapan PHBS. Pemutaran video dengan kegiatan pemakaian masker yang benar, cuci tangan dan etika batuk. Pemodelan ini dilakukan dengan memberikan ceramah atau informasi terlebih dahulu, kemudian pemutaran video yang sebelum telah disiapkan. *Ice breaking* dilakukan tepuk masker dan tepuk *handsanitizer*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Promosi kesehatan dimulai dengan melakukan survey melalui link *Google Forms* pada tanggal 03-06 April 2021 dengan jumlah yang mengisi sebanyak 27 responden. Kegiatan ini hanya diberikan kepada ibu-ibu davis Rusun Cinta Kasih.

Kegiatan pelaksanaan promosi kesehatan di lakukan pada hari Rabu tanggal 07 April 2021 dilakukan secara daring menggunakan aplikasi *Zoom Cloud Meetings*, peserta yang hadir sebanyak 27 orang, yaitu ibu ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun.

Tabel 1. Distribusi frekuensi usia ibu dan balita peserta promosi kesehatan.

Keterangan	n	%
Usia Balita		
0-6 bulan	9	33,3%
6-12 bulan	6	22,2%
1-3 tahun	5	18,5%
3-5 tahun	7	25,9%
Tingkat Pendidikan Ibu		
Dasar (SD-SMP)	5	18,5%
Menengah (SMA)	15	55,5%
Tinggi (D3-S1)	7	25,9%
Total	27	100%

Sesuai tabel 1 menjelaskan bahwa peserta promosi kesehatan mayoritas merupakan balita usia 0-6 bulan sebanyak 33,3% dan ibu-ibu dengan tingkat pendidikan menengah sebanyak 55,5%. Kegiatan promosi kesehatan pada sesi ceramah diawali dengan informasi tentang ISPA. ISPA dapat menyerang jaringan alveoli yang berada di paru-paru dan mempunyai gejala seperti batuk dan sesak napas. ISPA juga dikategorikan sebagai penyakit infeksi akut, bersamaan dengan ini, jika bronchus mengalami infeksi akut disebut bronchopneumonia. Ibu-ibu juga dijelaskan bahwa ISPA sebagai penyakit pembunuh nomor satu pada balita di dunia, bila dibandingkan dengan penyakit lainnya misalkan Malaria, Campak dan AIDS. ISPA disebut sebagai *The Forgotten Pandemic* atau pandemi yang terlupakan (Febriani, 2014; Herlayati, 2018; Heryanto, 2016).

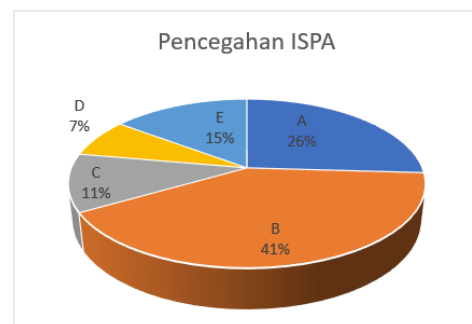
Tema kegiatan promosi kesehatan *Go Away ISPA* merupakan suatu ajakan untuk memotivasi masyarakat termasuk keluarga untuk memahami dan mengimplikasikan PHBS yang benar untuk balita dan

keluarganya agar terhindar dari ISPA. Ajakan ini merupakan upaya untuk masyarakat bersama keluarganya mampu mencegah kejadian ISPA. Pencegahannya terbagi dua, pencegahan tingkat pertama terdiri dari memberikan imunisasi, memberikan makanan yang bergizi, membuang sampah pada tempatnya, dan membuka ventilasi udara segar setiap pagi, sementara pencegahan tingkat kedua meliputi: perawatan anak demam, pemeriksaan ke pelayanan kesehatan saat anak memiliki tanda-tanda ISPA seperti adanya batuk, pilek dan demam; pencegahan tingkat ketiga meliputi: membawa balita ke pelayanan kesehatan saat balita sakit (Rahmawati, 2020).

Kegiatan promosi kesehatan kemudian dilanjutkan dengan menginformasikan tentang tumbuh kembang balita, sehingga keluarga mampu memahami bagaimana pertumbuhan dan perkembangan yang normal sesuai dengan tingkat usianya, mengingatkan keluarga untuk wajib mengajak balitanya ke pelayanan kesehatan untuk ditimbang dan dilakukan pemeriksaan deteksi dini perkembangan dan mengikuti jadwal pemberian imunisasi.

ISPA (Infeksi Saluran Pernafasan Atas) adalah penyakit yang dapat menyebabkan kematian balita. Kegiatan ini merupakan pencegahan terjadinya penyakit ISPA :

- A. Berikan ASI Eksklusif usia 0-6 bulan
- B. Hindari asap rokok selama di rumah
- C. MPASI sebagai makanan pendamping setelah usia 6 bulan
- D. Berikan makanan keluarga kapanpun balita mau
- E. Lakukan imunisasi dasar sesuai usia dan kesehatannya



Gambar 1. Pencegahan ISPA

Berdasarkan hasil dari *posttest* yang dilakukan kepada 27 ibu, ketika diberikan pertanyaan tentang kegiatan pencegahan ISPA dapat dilakukan dengan cara ini, kecuali :

didapatkan bahwa jawaban pernyataan ibu sebanyak 40,7% (11) lakukan imunisasi dasar untuk balitanya, 25,9% (7) memberikan ASI Eksklusif kepada bayi usia 0-6 bulan, 14,8% (4) hindari asap rokok selama di rumah, 11,1% (3) MPASI dan 7,4% (2) diberikan makanan apa saja kapanpun balita mau.

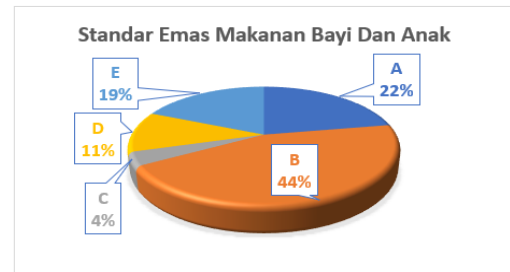
Hasil *posttest* tersebut memberikan informasi bahwa sebagian besar ibu memahami pentingnya diberikan imunisasi untuk balitanya. Penelitian (Nasution, 2020) menjelaskan ada hubungan kelengkapan imunisasi dengan kejadian ISPA pada anak usia 12-24 bulan di Puskesmas Lubuk Buaya Padang (*p value* 0,002), ada sebanyak 78 (52,6%) anak tidak mendapatkan imunisasi lengkap, karena ibu tidak mempunyai banyak waktu dan kesempatan untuk membawa anak ke pelayanan kesehatan, kesulitan izin dan kesibukan pekerjaan. Ketidaktahuan orangtua jika imunisasi tertunda maka masih dapat diberikan meskipun jadwal imunisasi telah lewat.

Menurut (Mukhi, 2021) tujuan pemberian imunisasi diberikan untuk menurunkan angka kesakitan, kematian dan kecacatan serta perlindungan secara menyeluruh akibat penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi (PD3I). Ibu juga mendapat penjelasan bahwa imunisasi memiliki manfaat untuk anak, keluarga dan negara. Beberapa manfaatnya yaitu dapat mencegah kesakitan yang diakibatkan oleh penyakit kecacatan hingga kematian, mencegah biaya pengobatan yang besar jika anak sakit, untuk memperbaiki tingkat kesehatan dan menghasilkan generasi penerus bangsa yang sehat dan terhindar dari penyakit (Aristiyani, 2021).

Sebanyak 7,4% ibu menjawab untuk anak balitanya, ibu memberikan makanan apa saja kapanpun balita mau makan. Pernyataan kalimat ini, tentunya kurang tepat, karena sebaiknya ibu memberikan makanan memenuhi gizi seimbang, artinya makanan tidak diberikan semau bayi.

Manakah yang termasuk dalam Standar "Emas" Makanan Bayi dan Anak yang benar:

- A. ASI Eksklusif, MPASI
- B. IMD, ASI Eksklusif, MPASI
- C. SuFor, ASI, Makanan Keluarga
- B. ASI Eksklusif, Makanan Pengganti ASI
- B. IMD, ASI Eksklusif



Gambar 2. Standar Emas Makanan Bayi dan Anak

Kebutuhan makanan pada awal kehidupan untuk bayi baru lahir sampai usia 6 bulan adalah ASI Eksklusif. ASI adalah makanan alamiah terbaik yang perlu diberikan pada bayi baru lahir, karena ASI mengandung komposisi untuk tumbuh kembang bayi yang selalu berubah sesuai dengan kebutuhan bayi setiap saat. ASI merupakan zat pelindung menghindarkan dari berbagai penyakit infeksi (Rohmah, 2020).

ASI mengandung mineral zink berfungsi menurunkan lama dan derajat sakit keparahan ISPA dan penyakit pneumonia (radang paru), diare dan penyakit infeksi lainnya. Ada hubungan yang bermakna antara pemberian ASI eksklusif terhadap kejadian ISPA pada anak usia 0-12 bulan (*p value* 0,000) (Hersoni, 2019).

ASI mengandung kolostrum yang banyak mengandung antibody yang salah satunya adalah BALT yang menghasilkan antibody terhadap infeksi pernapasan dan sel darah putih, serta vitamin A yang dapat memberikan perlindungan terhadap infeksi dan alergi (Abbas, 2022).

Pemberian MPASI (Makanan Pendamping ASI) diberikan setelah usia 6 bulan, dengan tekstur yang halus dan meningkat lebih kasar, seiring berjalannya kemampuan dalam mengunyah makanan dan bertambahnya usia.

Makanan yang diberikan kepada anak balita merupakan makanan dengan gizi

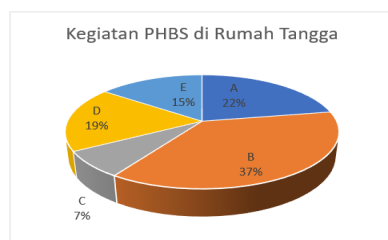
seimbang untuk kecukupan kebutuhan pertumbuhan, perkembangan dan status kesehatannya (AshSiddiq, 2018).

Pengukuran pertumbuhan baik berat badan dan tinggi badan penting dilakukan, untuk mengetahui status gizi anak. Asupan gizi seimbang diperlukan untuk membantu mengoptimalkan tumbuh kembang anak dan meningkatkan imunitas balita sehingga terhindar dari penyakit infeksi (Manalu, 2022).

Makanan yang tidak optimal dapat menimbulkan masalah gizi kurang dan gizi lebih serta mudah terinfeksi penyakit. Masalah gizi kurang pada balita dapat menyebabkan kekurangan energi protein (KEP), kekurangan vitamin A, anemia gizi besi, gangguan akibat kekurangan yodium, dan gizi lebih (Berlian, 2019). Jika seorang balita memiliki keadaan gizi yang baik, maka tubuh akan mempunyai kemampuan untuk mempertahankan diri terhadap penyakit infeksi, sedangkan jika keadaan gizi semakin memburuk maka reaksi kekebalan tubuh akan melemah dan menyebabkan penurunan kemampuan tubuh.

Balita selain memerlukan gizi seimbang juga memerlukan imunisasi sesuai usianya untuk meningkatkan kekebalan tubuhnya terhadap penyakit tertentu. Imunisasi terbagi atas imunisasi dasar yang wajib diberikan ketika usia balita sebelum 2 tahun dan imunisasi yang penting. Anak balita dikatakan status imunisasinya lengkap bila telah mendapat imunisasi secara lengkap menurut umur dan waktu pemberian. Adapun anak telah mendapat lima imunisasi dasar tetapi tidak sesuai umur pemberian vaksin. Imunisasi campak dan polio merupakan imunisasi yang sering tidak tepat waktu pemberiannya (Febriani, R & Hayati, H. (2014).

PHBS sebagai salah satu perilaku untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan balita. Manakah yang bukan termasuk kegiatan PHBS Rumah Tangga:



Penyampaian materi penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan dilanjutkan dengan pemutaran Video cara memakai masker yang benar, mencuci tangan dan etika batuk.

Panitia mengajak orang tua yang memiliki anak usia 1-5 tahun dan tinggal di Rusun Cinta Kasih untuk melakukan PHBS Bersama keluarga yang dilakukan di rumah tangga agar seluruh anggota keluarga tetap sehat. Rumah tangga sehat adalah rumah tangga yang melakukan 10 PHBS di rumah tangga yang kegiatannya meliputi: persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, memberi bayi ASI eksklusif, menimbang bayi dan balita, menggunakan air bersih, mencuci tangan dengan air bersih dan sabun, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik di rumah, makan buah dan sayur setiap hari, melakukan aktivitas fisik setiap hari dan tidak merokok di dalam rumah.

4. SIMPULAN

Promosi kesehatan melalui pengabdian masyarakat merupakan cara agar masyarakat sadar akan pentingnya menerapkan PHBS. Hal ini bermanfaat dengan adanya kejadian ISPA (Infeksi saluran pernafasan atas) sebagai penyakit yang mudah menular bagi balita. Pencegahan penularan kejadian ini, diharapkan masyarakat dapat meningkatkan perilaku PHBS dengan melakukan cuci tangan dengan sabun yang benar, menggunakan masker, tidak merokok di lingkungan, melakukan imunisasi sesuai jadwal dan memberikan gizi seimbang, agar anak dapat terhindar dari ISPA dan virus COVID-19.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan peserta kegiatan yaitu ibu-ibu dengan balita di sekitar rumah susun Cinta Kasih Cengkareng, bagian PPM STIK Sint Carolus dan seluruh pihak yang telah membantu sehingga kegiatan pengabdian masyarakat ini berlangsung dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

Adharani, Y., & Meilina, P. (2017, November). Penjadwalan Imunisasi Anak Usia 0–18 Tahun Menggunakan Metode Forward

- Chaining. In *Prosiding Seminar Nasional Teknoka* (Vol. 2, pp. 188-195).
- Depkes, (2010). Konsep Usia dan Perkembangannya, diunggah pada Agustus 2019 Jam 20.00 WIB.
- Diniyah, W. D., Kunoli, F. J., & Amalinda, F. (2019). Faktor Risiko Kejadian ISPA Pada Anak Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Sangurara Kelurahan Duyu Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains*, 1(1).
- Fatimah, L. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada bayi di wilayah kerja Puskesmas Kampung Baru Kecamatan Medan Maimun Tahun 2017. <http://repositori.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/1565/131000464.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Diunduh tanggal 26/7/19.
- Hilmawan, R. G., Sulastrri, M., & Nurdianti, R. (2020). Hubungan Kebiasaan Merokok Dengan Kejadian Ispa Pada Balita Di Kelurahan Sukajaya Kecamatan Purbaratu Kota Tasikmalaya. *Jurnal Mitra Kencana Keperawatan Dan Kebidanan*, 4(1).
- Ranny, L. R. (2014). Hubungan Antara Karakteristik Balita dengan Kejadian ISPA Pada Balita di Desa Gandon Kecamatan Kaloran Kabupaten Temanggung. *Skripsi, Fakultas Kesehatan*.
- Rahayu, I., Yuniar, N., & Fachlevy, A. F. (2019). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Penyakit Ispa Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Soropia Kabupaten Konawe Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 3(3).
- Rahmawati, N., & Cahyaningtyas, M. E. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Orang Tua Tentang Phbs Dengan Perilaku Pencegahan ISPA. *Jurnal Keperawatan Intan Husada*, 8(2), 49-58.
- Septiani, E. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Ispa Pada Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Agung Kabupaten Ogan Komering Ulu Tahun 2019. *Masker Medika*, 8(1), 233-239.
- Silviana, I. (2014). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Penyakit Ispa Dengan Perilaku Pencegahan Ispa Pada Balita Di Phpt Muara Angke Jakarta Utara Tahun 2014.
- Suprihatin, E. (2013). Hubungan Faktor-Faktor dengan Kejadian ISPA pada Balita di Puskesmas X Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 1(1).
- Syahidi, M. H., Gayatri, D., & Bantas, K. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) pada Anak Berumur 12-59 Bulan di Puskesmas Kelurahan Tebet Barat, Kecamatan Tebet, Jakarta Selatan, Tahun 2013. *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 1(1).
- Tromp Et All. (2017). Breastfeeding and the risk of respiratory tract infections after infancy: The Generation R Study. doi : 10.1371
- Wahyuni, F., Mariati, U., & Zuriati, T. S. (2020). Hubungan Pemberian Asi Eksklusif dan Kelengkapan Imunisasi dengan Kejadian ISPA pada Anak Usia 12-24 Bulan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Anak*, 3(1), 9-15.