

Pendidikan Kesehatan untuk Anak Usia Dini

Dr. Rachma Hasibuan, M.Kes.

PENDAHULUAN

Pendidikan kesehatan sangat penting diperkenalkan kepada anak sejak usia dini. Pendidikan kesehatan yang diberikan sejak dini akan membiasakan anak untuk hidup sehat sejak dini sehingga pada akhirnya akan tumbuh menjadi sehat, cerdas, dan ceria. Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada anak dimulai dari lingkungan keluarga sebab keluarga merupakan tempat pertama anak belajar dan menimba ilmu. Keluarga dikatakan sebagai tempat yang pertama belajar anak karena lingkungan keluarga yang pertama dikenal anak adalah lingkungan keluarga.

Dalam lingkungan keluarga, anak dapat belajar dari mencontoh segala tindakan yang dilakukan oleh orang dewasa yang ada di rumah. Sedangkan sekolah sebagai tempat anak belajar dan menimba ilmu sebaiknya memberikan pelajaran hidup sehat mulai dari yang paling sederhana sampai bagaimana menjaga dari segala penyakit.

Untuk menjaga kesehatan dapat dimulai dari membiasakan hidup bersih dan pola hidup sehat mulai dari mengkonsumsi makanan yang mungkin dapat menyebarkan bibit-bibit penyakit.

Lingkungan kehidupan seorang anak usia dini adalah di sekolah, rumah, dan sekitarnya, serta sesekali pergi bersama keluarga ke tempat lain. Lingkungan sekolah adalah sekolah beserta segala isinya serta halaman maupun sekelilingnya. Lingkungan dapat berupa fisik maupun lingkungan sosial. Lingkungan fisik merupakan lingkungan tempat di mana anak itu tinggal dan berinteraksi, sedangkan lingkungan sosial adalah lingkungan pergaulan dan interaksi anak.

Di sekolah anak belajar kesehatan dan kebersihan dari guru dan teman sekolahnya, sedangkan di rumah anak belajar dari orang tua, kakak maupun pengasuhnya. Pembentukan perilaku hidup sehat dan bersih

dari seorang anak harus dilakukan di rumah, sekolah, maupun lingkungan sekitarnya.

Pada dasarnya anak usia dini suka meniru dan mencontoh segala tindakan yang dilakukan oleh orang dewasa maupun tokoh yang diidolakan sehingga memberikan dan mengondisikan untuk hidup sehat dan bersih itu penting. Hal lain yang perlu diajarkan adalah menjaga diri dari bahaya yang mungkin muncul sebagai akibat kontak langsung dengan lingkungan.

Untuk memudahkan peserta program sertifikat guru pendamping muda (PSGPM) dalam mempelajari dan memahami modul ini maka materi modul akan disajikan ke dalam 2 (dua) kegiatan belajar, yaitu:

Kegiatan Belajar 1 : Kesehatan Bagi Anak Usia Dini

Kegiatan Belajar 2 : Penyelenggaraan Kesehatan Anak

Setelah mempelajari modul tentang Pendidikan Kesehatan untuk Anak Usia Dini, secara lebih khusus peserta program sertifikat guru pendamping muda (PSGPM) diharapkan dapat:

1. Menjelaskan Kesehatan bagi Anak Usia Dini.
2. Menjelaskan Dasar Kesehatan bagi Anak Usia Dini.
3. Menjelaskan Penyelenggaraan Kesehatan Anak.
4. Menjelaskan Kemampuan Pendidik dalam Pelayanan Kesehatan Anak Usia Dini.

Selamat belajar dan semoga sukses!

Kegiatan Belajar 1

Kesehatan Bagi Anak Usia Dini

A. HAKIKAT KESEHATAN BAGI ANAK USIA DINI

WHO menyatakan definisi kesehatan adalah keadaan sempurna secara fisik, mental dan sosial, tidak hanya bebas dari penyakit dan kecacatan. Menurut *American Heritage College Dictionary*, 1997 (dalam Nies & McEwen, 2001) kesehatan secara sosial diartikan sebagai kemampuan seseorang dalam hidup bersama di dalam suatu kelompok masyarakat. Dengan demikian kesehatan dapat disimpulkan sebagai keadaan yang sempurna baik secara fisik, mental, sosial dan spiritual, tidak hanya bebas dari penyakit, kelemahan dan kecatatan yang memungkinkan seseorang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi (UU No.23 Tahun 1992; Nies & McEwen, 2001; Sreevani, 2004).

Ada beberapa hal yang perlu diperhatikan mengenai kesehatan anak berdasarkan indikator yang dikemukakan oleh Depkes (2009), yaitu anak sehat memiliki kriteria sebagai berikut:

1. Berat badan naik sesuai garis pertumbuhan mengikuti pita warna hijau pada Kartu Menuju Sehat (KMS), atau naik ke pita warna di atasnya.
2. Anak bertambah tinggi.
3. Kemampuan bertambah sesuai usia.
4. Jarang sakit.
5. Ceria, aktif, lincah.

Menurut Santoso dan Ranti (2004) ciri-ciri anak sehat adalah sebagai berikut:

1. Tumbuh dengan baik, dapat dilihat dari naiknya berat badan dan tinggi badan secara teratur dan proporsional.
2. Tingkat perkembangan sesuai dengan tingkat umurnya.
3. Tampak aktif/gesit dan gembira.
4. Mata bersih dan bersinar.
5. Nafsu makan baik.
6. Bibir dan lidah tampak segar.

7. Pernapasan tidak berbau.
8. Kulit dan rambut tampak bersih dan tidak kering.
9. Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Ciri-ciri anak sehat dapat dilihat dari berbagai segi, antara lain **fisik**, **psikis**, dan **sosial** (Santoso & Ranti, 2004), yang dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Segi fisik, anak memiliki badan yang sehat dengan pertumbuhan jasmani yang normal.
2. Segi psikis, anak dengan jiwa sehat berkembang secara wajar, disertai pikiran yang bertambah cerdas dan perasaan yang bertambah peka.
3. Segi sosialisasi, anak tampak aktif, gesit, dan gembira serta mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan.

Dari berbagai pendapat tersebut, dapat disimpulkan bahwa ciri-ciri anak sehat dapat dikelompokkan menjadi 4 (empat) kelompok, yaitu:

1. Sehat secara fisik:

- a. Berat badan dan tinggi badan normal sesuai standar pertumbuhan.
- b. Kemampuan bertambah sesuai usia.
- c. Jarang sakit.
- d. Aktif/gesit dan gembira.
- e. Mata bersih dan bersinar.
- f. Nafsu makan baik.
- g. Bibir dan lidah tampak segar.
- h. Pernapasan tidak berbau.
- i. Kulit dan rambut tampak bersih dan tidak kering.

2. Sehat secara mental atau psikis

- a. Perkembangan mental sesuai dengan tahap perkembangan.
- b. Jiwa berkembang secara wajar.
- c. Pikiran bertambah cerdas.
- d. Perasaan bertambah peka.

3. Sehat secara sosial

- a. Tampak ceria.
- b. Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan.

B. LAYANAN DASAR KESEHATAN BAGI ANAK USIA DINI DILEMBAGA PAUD

Sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, yaitu menjadikan anak sehat, maka layanan dasar kesehatan bagi anak usia dini meliputi semua kegiatan prioritas yang dapat mewujudkan anak usia dini yang memiliki ciri anak yang sehat sebagaimana telah diuraikan di atas. Beberapa layanan dasar kesehatan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Menimbang anak minimal sebulan sekali (digunakan untuk Penilaian Status Gizi).
2. Mengukur tinggi badan anak minimal sebulan sekali (digunakan untuk Penilaian Status Gizi).
3. Memeriksa secara sederhana dan teratur keadaan kuku, kulit, rambut, mata, mulut dan gigi.
4. Mengupayakan anak usia dini mendapatkan imunisasi dasar.
5. Memberikan layanan dasar kebersihan.
6. Memberikan pendidikan gizi bagi anak usia dini.
7. Menghindarkan makanan yang tidak aman bagi kesehatan anak.
8. Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

LATIHAN

Cobalah Anda kerjakan latihan berikut ini!

Depkes memiliki kriteria beberapa hal yang harus diperhatikan mengenai kesehatan anak. Sebutkanlah beberapa kriteria tersebut.

Petunjuk Jawaban Latihan

Untuk menjawab soal di atas bacalah kembali beberapa indikator yang dikemukakan oleh Depkes.

RANGKUMAN

Definisi kesehatan menurut WHO adalah keadaan sempurna secara fisik, mental dan sosial, tidak hanya bebas dari penyakit dan kecacatan. Salah satu ahli menyebutkan bahwa ciri-ciri anak sehat dapat dilihat dari berbagai segi, seperti segi fisik, segi psikis, dan segi sosialisasi. Layanan

dasar kesehatan bagi anak usia dini meliputi semua kegiatan prioritas yang dapat mewujudkan anak usia dini yang memiliki ciri anak yang sehat, salah satunya yaitu menimbang dan mengukur tinggi badan anak selama minimal sebulan sekali.

TES FORMATIF 1

Jawablah soal-soal berikut dengan memberi tanda x pada huruf di depan jawaban yang paling tepat!

- 1) Menurut Depkes (2009), indikator yang menunjukkan anak sehat memiliki kriteria berikut, *kecuali*
 - A. Jarang sakit
 - B. Anak bertambah tinggi
 - C. Berat badan naik mengikuti pita biru pada KSM
 - D. Kemampuan bertambah sesuai usia

- 2) Ciri-ciri anak sehat menurut Santoso dan Ranti (2004) adalah
 - A. Bibir dan lidah tampak segar
 - B. Kulit dan rambut tampak bersih
 - C. Nafsu makan baik
 - D. Kemampuan bertambah sesuai usia

- 3) Para ahli berpendapat bahwa ciri-ciri anak sehat secara psikis adalah
 - A. Jarang menderita sakit
 - B. Mudah menyesuaikan diri dengan lingkungan
 - C. Perasaan bertambah peka
 - D. Kemampuan bertambah sesuai usia

- 4) Untuk mewujudkan anak usia dini yang memiliki ciri anak sehat, perlu diberi layanan kesehatan seperti berikut, *kecuali*
 - A. Memberi makanan yang banyak sesuai keinginannya
 - B. Mendapatkan imunisasi dasar
 - C. Menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat
 - D. Memberikan pendidikan gizi

- 5) Untuk memberikan penilaian status gizi seorang anak usia dini, maka dilakukan hal berikut
- A. Mengukur tinggi badan minimal sebulan sekali
 - B. Memberi pendidikan gizi
 - C. Menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat
 - D. Mendapatkan imunisasi dasar

Cocokkanlah jawaban Anda dengan Kunci Jawaban Tes Formatif 1 yang terdapat di bagian akhir modul ini. Hitunglah jawaban yang benar. Kemudian, gunakan rumus berikut untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi Kegiatan Belajar 1.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah Jawaban yang Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan: 90 - 100% = baik sekali
80 - 89% = baik
70 - 79% = cukup
< 70% = kurang

Apabila mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, Anda dapat meneruskan dengan Kegiatan Belajar 2. **Bagus!** Jika masih di bawah 80%, Anda harus mengulangi materi Kegiatan Belajar 1, terutama bagian yang belum dikuasai.

Kegiatan Belajar 2

Penyelenggaraan Kesehatan Anak

A. PENYELENGGARAAN KESEHATAN ANAK

Penerapan kebiasaan hidup sehat dan bersih oleh keluarga akan memberikan manfaat bagi anak untuk dapat hidup sehat dan teratur. Penyebab tidak langsung terjadinya masalah gizi adalah ketidakcukupan pangan, pola asuh anak, kondisi sanitasi dan air bersih di lingkungan, serta layanan dasar kebersihan dan kesehatan anak. Hal ini menunjukkan bahwa peran keluarga sangat penting, terlebih jika mengingat sebagian besar waktu anak berada di lingkungan keluarga sehingga pendidikan dan pemberdayaan keluarga (*parenting*) perlu dilakukan oleh lembaga PAUD.

Pendidikan merupakan tanggung jawab bersama antara keluarga, lembaga pendidikan dan masyarakat. Orang tua mempunyai peran penting dalam membentuk perilaku gizi dan kesehatan anak. Masalah gizi harus diatasi secara bersama oleh keluarga dan sekolah sehingga hasilnya akan optimal. Sayangnya, tidak semua orang tua memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai untuk menjalankan peran yang optimal dalam pengasuhan, perawatan serta perbaikan gizi dan kesehatan anak usia dini.

Program *Parenting* yang berkenaan dengan peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan keluarga dalam bidang perawatan, gizi, kebersihan dan kesehatan tersebut dapat dilakukan dalam berbagai bentuk seperti seminar, pelatihan, diskusi, program masak dan makan bersama dengan anak di lembaga PAUD, kunjungan rumah, dan sebagainya. Panduan mengenai penyelenggaraan program *parenting* dapat diperdalam dengan membaca Pedoman *Parenting* di Lembaga PAUD yang dikeluarkan oleh Dirjen PAUDNI.

B. KEMAMPUAN PENDIDIK DALAM PELAYANAN KESEHATAN ANAK USIA DINI

Pemberian pelayanan kesehatan anak merupakan suatu hal yang penting, karena pendidikan dan perawatan kesehatan berguna untuk tumbuh kembang anak yang berkualitas. Untuk mencapai hal tersebut,

pendidik PAUD harus memiliki pengetahuan tentang hidup sehat yang memadai.

Pendidik PAUD sebagai tempat bertanya anak didik tentang hal apa saja, harus mampu mengaplikasikan pengetahuannya dalam interaksi dengan lingkungan yang berada di lembaga PAUD. Disamping hal tersebut pendidik perlu memantau kesehatan anak, yang dimulai dari pencegahan terhadap berbagai penyakit dan menjaga kebersihan. Pengetahuan tentang kesehatan tersebut dapat menunjang keberhasilan pembinaan kesehatan anak serta memantau kesehatan anak sesuai dengan kebutuhan. Pelayanan kesehatan yang dapat dilakukan pendidik di antaranya konsultasi perkembangan anak, yang meliputi:

1. Menerima berbagai masalah anak.
2. Membuat penilaian kesehatan anak dan keluarga.
3. Memberikan saran/nasihat tentang masalah anak.
4. Memberikan rekomendasi kepada lembaga pendidikan atau staf ahli dalam bidangnya terkait masalah kesehatan anak.

Untuk melaksanakan pelayanan kesehatan tersebut, pendidik dapat bekerja sama dengan lembaga-lembaga terkait dalam bidang kesehatan, antara lain melalui:

1. Pembinaan petugas kesehatan, gizi, dan konsultan, dengan mengadakan:
 - a. Penyuluhan kesehatan dan gizi bagi guru serta orang tua, di antaranya mengenalkan jenis-jenis penyakit dan cara mengatasinya, serta gizi cukup.
 - b. Peningkatan keterampilan petugas kesehatan, gizi dan konsultan.
 - c. Peningkatan keterampilan untuk petugas kesehatan, gizi, dan konsultan dapat dilakukan melalui pelatihan, *workshop*, seminar, bakti sosial, penyuluhan masyarakat, dan sebagainya. Kegiatan usaha peningkatan keterampilan dilakukan beberapa kali dalam setahun sesuai dengan perencanaan program untuk mendukung visi, misi, dan filosofi program. Kualifikasi petugas harus sesuai dengan bidang pendidikan yang digelutinya dan memiliki sertifikasi yang dibutuhkan oleh lembaga penyelenggara pendidikan anak usia dini. Usaha tersebut dapat dilakukan melalui kerja sama dengan pihak kesehatan seperti WHO, UNICEF,

UNESCO, rumah sakit, puskesmas, posyandu, dan sebagainya yang berkaitan dengan masalah ini.

2. Cara penanganan kesehatan secara umum:
 - a. Penyakit fisik:
 - 1) Mengistirahatkan anak.
 - 2) Memeriksa daerah pada tubuh yang terasa sakit.
 - 3) Membersihkan dan membalut/membungkus bagian yang terluka.
 - 4) Memberikan obat penahan rasa sakit.
 - 5) Membawa ke rumah sakit/klinik terdekat jika mengalami keadaan gawat darurat.
 - b. Penyakit psikis secara umum:
 - 1) Mendeteksi gejala perilaku.
 - 2) Mengadakan pendekatan ke anak.
 - 3) Membuat penilaian perilaku anak.
 - 4) Mengkonsultasikan dengan pihak sekolah.
 - 5) Mengkonsultasikan dengan pihak keluarga.
 - 6) Merekomendasikan ke pihak medis (jika ada gangguan anatomi tubuh) dan psikolog.
 - 7) Memberikan stimulasi medis atau terapi edukatif.
 - c. Cara penanggulangan kelainan gizi secara umum:
 - 1) Mendeteksi penyebab kelainan gizi.
 - 2) Menambah atau mengurangi zat makanan dalam diri anak sesuai dengan porsi/usia perkembangan.
 - 3) Mengkonsultasikan kepada dokter gizi anak.
 - 4) Menjalani terapi gizi sesuai anjuran dokter.
 - 5) Mengadakan kerja sama dengan pihak sekolah dalam program kesehatan dan gizi anak.
 - d. Cara memberikan penyuluhan kepada orang tua:
 - 1) Memberi pengumuman untuk musyawarah bersama.
 - 2) Menjelaskan materi kesehatan dan gizi.
 - 3) Mengadakan tanya jawab tentang masalah yang mungkin terjadi.
 - 4) Memberikan lembar angket untuk diisi oleh para pendidik, orang tua, dan konsultan.
 - 5) Menindaklanjuti hasil musyawarah dan pengumpulan data angket dalam rangka memperbaiki dan meningkatkan program kesehatan dan gizi.

LATIHAN

Cobalah Anda kerjakan latihan berikut ini!

Untuk melaksanakan pelayanan kesehatan tersebut, pendidik dapat bekerja sama dengan lembaga-lembaga terkait dalam bidang kesehatan, sebutkanlah lembaga kesehatan tersebut dan jelaskan fungsi mereka masing-masing.

Petunjuk Jawaban Latihan

Sebelum Anda menjawab baca dengan teliti penjelasan materi di atas kemudian silahkan Anda jabarkan satu persatu fungsi masing-masing lembaga kesehatan.

RANGKUMAN

Penerapan kebiasaan hidup sehat dan bersih oleh keluarga akan memberikan manfaat bagi anak untuk dapat hidup sehat dan teratur, mengingat sebagian besar waktu anak berada di lingkungan keluarga, sehingga pendidikan dan pemberdayaan keluarga (*parenting*) perlu dilakukan oleh lembaga PAUD. Program *parenting* berkenaan dengan peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan keluarga dalam bidang perawatan, gizi, kebersihan dan kesehatan. Pendidik PAUD sendiri harus memiliki pengetahuan tentang hidup sehat yang memadai guna tumbuh kembang anak yang berkualitas. Pelayanan kesehatan yang dilakukan pendidik dapat bekerja sama dengan lembaga-lembaga terkait dalam bidang kesehatan.

TES FORMATIF 2

Jawablah soal-soal berikut dengan memberi tanda x pada huruf di depan jawaban yang paling tepat!

- 1) Cara memberikan penyuluhan kepada orang tua dalam penanganan kesehatan yang dilakukan pendidik adalah
 - A. Menerima berbagai masalah anak
 - B. Menjelaskan materi kesehatan dan gizi
 - C. Mendeteksi penyebab kelainan gizi
 - D. Membuat penilaian perilaku anak

- 2) Cara penanganan kesehatan penyakit psikis secara umum di antaranya adalah
- A. Mengistirahatkan anak
 - B. Membuat penilaian kesehatan anak
 - C. Membuat penilaian perilaku anak
 - D. Mengonsultasikan kepada dokter gizi
- 3) Dalam penanganan kesehatan anak, cara menanggulangi kelainan gizinya dilakukan dengan berbagai cara, *kecuali*
- A. Mendeteksi penyebab kelainan gizi
 - B. Mengonsultasikan kepada dokter gizi anak
 - C. Membuat penilaian kesehatan anak
 - D. Menjalani terapi gizi sesuai anjuran dokter
- 4) Seorang pendidik bertanggung jawab melakukan hal berikut terkait dengan cara penanganan kesehatan anak, *kecuali*
- A. Memberikan penyuluhan kepada orang tua
 - B. Menanggulangi kelainan gizi
 - C. Memberi obat sesuai penyakit
 - D. Mendeteksi gejala penyakit fisik dan psikis
- 5) Cara penanganan kesehatan yang terkait dengan penyakit fisik adalah
- A. Mendeteksi gejala perilaku
 - B. Mengistirahatkan anak
 - C. Mengonsultasikan dengan pihak keluarga
 - D. Mengadakan pendekatan kepada anak

Cocokkanlah jawaban Anda dengan Kunci Jawaban Tes Formatif 2 yang terdapat di bagian akhir modul ini. Hitunglah jawaban yang benar. Kemudian, gunakan rumus berikut untuk mengetahui tingkat penguasaan Anda terhadap materi Kegiatan Belajar 2.

$$\text{Tingkat penguasaan} = \frac{\text{Jumlah Jawaban yang Benar}}{\text{Jumlah Soal}} \times 100\%$$

Arti tingkat penguasaan: 90 - 100% = baik sekali
80 - 89% = baik
70 - 79% = cukup
< 70% = kurang

Apabila mencapai tingkat penguasaan 80% atau lebih, Anda dapat meneruskan dengan Modul 2 **Bagus!** Jika masih di bawah 80%, Anda harus mengulangi materi Kegiatan Belajar 2, terutama bagian yang belum dikuasai.

Kunci Jawaban Tes Formatif

Tes Formatif 1

- 1) C
- 2) D
- 3) C
- 4) A
- 5) A

Tes Formatif 2

- 1) B
- 2) C
- 3) C
- 4) C
- 5) B

Tugas mandiri 1:

Buatlah rangkuman isi Modul 1, kemudian bacalah Modul 2

Daftar Pustaka

- Addy, D.P. 1993. *Kesehatan Anak*. Alih Bahasa: Meitasari Tjandrasa. Jakarta: Arcan.
- Ayubi, Dian. 2007. *Bahan Kuliah Dasar PKIP*. Depok: Fakultas Kesehatan Masyarakat UI.
- Cathie Robertson, Safety. 2003. *Nutrition and Health in Early Education*. Second Edition.
- Depkes RI. 1996. *Direktorat Bina Kesehatan Keluarga*. Ditjen Pembinaan Kesehatan Masyarakat. Pedoman Pembinaan Kesehatan Anak Didik TK. Jakarta: Depkes RI.
- Depkes RI. 1999. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Anak Didik Taman Kanak-kanak*. Direktorat Bina Kesehatan Keluarga: Dirjen Kesehatan Masyarakat.
- Ebrahim, G.J. 1994. *Ilmu Kesehatan Anak di Daerah Tropis*. Jakarta: Yayasan Essentia Medica.
- Lea and Febiger. 1974. *Teaching Health in Elementary School*. Second Edition. Philadelphia: Maryhelen Vannier.
- Minett, Pamela. 1994. *Child Care and Development*. Third Edition. London: John Murray Ltd.
- Ministry of Health. 2008. *Revitalizing Primary Health Care*. Country Experience: Indonesia. WHO-SEARO Regional Conference on Revitalizing Primary Health Care, 6-8 August. Jakarta: World Health Organization.
- Ministry of Health. 2011. *Laporan Nasional: Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas)*. Jakarta: Ministry of Health, National Institute of Health Research and Development.
- Santoso, Soegeng. 2010. *Kesehatan dan Gizi*. Cetakan Kesebelas. Jakarta: Penerbit Universitas Terbuka.
- Stoppard, Miriam. 1998. *Child Health*. London: Dorling Kindersley.