



Jurnal MUI : Muhammadiyah Untuk Indonesia

E-ISSN 2776-0324

https: <https://jurnal.upmk.ac.id/index.php/jmui/>



## Sosialisasi Dan Edukasi Pemanfaatan Vitamin Kepada Siswa Siswi di SD Negeri 02 Jetak Kidul

*Socialization and education on the use of vitamins to female students at SD Negeri 02 Jetak Kidul*

Tsanyan Dary Mahdy<sup>1</sup>, Izzatul Haqiqi<sup>2</sup>, Fikri Farrasyah Putra<sup>3</sup>, Mega Widya Putri<sup>4</sup>.

<sup>1,2</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

<sup>3</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Indonesia

email: [tsanyandary@gmail.com](mailto:tsanyandary@gmail.com)<sup>1</sup>, [dikahermada@gmail.com](mailto:dikahermada@gmail.com)<sup>2</sup>, [fikrifp144@gmail.com](mailto:fikrifp144@gmail.com)<sup>3</sup>, [megawidyaputri@umpp.ac.id](mailto:megawidyaputri@umpp.ac.id)<sup>4</sup>

### Info Artikel

*riwayat Artikel:*

Diterima 18-11-2023

Disetujui (5) (2024)

Dipublikasikan (6) (2024)

**Keywords:**

*Socialization 1*

*Health Education 2*

*Vitamins for children*

3

### Abstrak

*Sejak tahun 2022 menjadi wabah pandemi Covid-19 di Indonesia. Sejak saat itu sangat diperlukan kedisiplinan dalam menerapkan protokol kesehatan dan memelihara kesehatan untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh agar dapat terhindar dari bakteri dan virus dengan melakukan perilaku hidup sehat, contoh salah satunya dengan mengkonsumsi Vitamin. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan informasi dalam bentuk sosialisasi dan edukasi kesehatan kepada para peserta tentang penggunaan vitamin pada anak. Kegiatan ini dilakukan di SD Negeri 02 Jetak Kidul, Kec. Wonopringgo, Kab. Pekalongan, Jawa Tengah. Metode yang dilakukan pada pengabdian ini yaitu metode pendekatan yang berupa ceramah, diskusi, dan tanya jawab terkait penggunaan vitamin anak.*

### Abstract

*Since 2022, there has been an outbreak of the Covid-19 pandemic in Indonesia. Since then, discipline is needed in implementing health protocols and maintaining health to improve the body's immune system so that it can avoid bacteria and viruses by adopting healthy living behaviors, one example of which is consuming vitamins. This community service aims to provide knowledge and information in the form of socialization and health education to participants about the use of vitamins in children. This activity was carried out at SD Negeri 02 Jetak Kidul, Kec. Wonopringgo, Kab. Pekalongan, Jawa Tengah. The method used in this service is an approach method in the form of lectures, discussions and questions and answers regarding the use of children's vitamins.*

□ Alamat korespondensi: Jl. Kesaren, Jetak Kidul

Kec. Wonopringgo Kab. Pekalongan

E-mail: [tsanyandary@gmail.com](mailto:tsanyandary@gmail.com)

No Handphone : 087810979096

## PENDAHULUAN

Anak-anak adalah generasi penerus bangsa, tumpuan harapan untuk mencapai tujuan masyarakat sejahtera. Untuk itu diperlukan generasi yang sehat, kuat, cerdas, dan berkarakter. baik, yang harus dibina sejak usia dini. Kesehatan anak perlu mendapat perhatian utama di samping masalah pendidikan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan berupa pengetahuan penggunaan vitamin anak sangat penting diajarkan sejak usia dini karena pada masa tersebut anak-anak lebih mudah mencerna dengan baik dan dapat membentuk suatu pola jika dilaksanakan berulang-ulang. Ketidaktahuan mengenai kesehatan, penggunaan obat maupun vitamin dan pola hidup sehat dapat menimbulkan penyakit. Umumnya penyakit yang ada disebabkan oleh bakteri, virus, dan kebiasaan yang jauh dari pola hidup sehat. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan usia dini yang diberikan penting dilakukan untuk membentuk generasi yang lebih sehat dan tangguh (Emei Dwinanarti, 2012).

Salah satu upaya pemerintah untuk menciptakan generasi anak sehat, cerdas dan berkarakter adalah dengan rutin mengkampanyekan dan memberikan vitamin pada anak. Vitamin adalah senyawa organik yang tersusun dari karbon, hidrogen, oksigen dan terkadang nitrogen atau elemen lain yang dibutuhkan dalam jumlah kecil agar metabolisme, pertumbuhan dan perkembangan berjalan normal. Jenis nutrisi ini merupakan zat-zat organik yang dalam kecil ditemukan pada berbagai macam makanan. Vitamin tidak dapat digunakan untuk menghasilkan energi (Wade, A., dan Welles, P.G. 2003).

Vitamin dapat dipilah menjadi 2 kelompok yaitu kelompok yang larut dalam lemak dan yang larut dalam air. Vitamin yang larut dalam lemak terdiri dari vitamin A, D, E dan K. Sedangkan vitamin yang larut dalam air terdiri dari vitamin B kompleks yang dibedakan menjadi 8 jenis

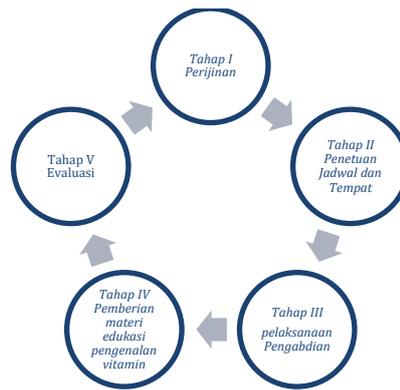
vitamin yaitu vitamin B1 (Tiamin), vitamin B2 (Riboflavin), vitamin B3 (Niasin), vitamin B5 (Pantothenic Acid), vitamin B6 (Piridolasin), vitamin B7 (Biotin), vitamin B9 (Folat), vitamin B12 (Kobalamin) dan vitamin C (Goodman & Gilman, 2012).

Pemberian vitamin anak merupakan salah satu upaya untuk melengkapi nutrisi dan gizi pada anak. Baik itu sejak anak dari dalam kandungan, setelah baru lahir dan selama pertumbuhan. Dengan melakukan hal tersebut diharapkan anak-anak generasi penerus dapat terhindar dari masalah kekurangan vitamin, sehingga mampu menciptakan generasi muda yang sehat, cerdas dan berkualitas dengan cara menerapkan pola hidup sehat dan benar.

## METODE

Metode pendekatan dalam kegiatan ini menggunakan metode demonstrasi, ceramah. Subyek dalam pengabdian ini adalah Mahasiswa Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan (UMPP). Kegiatan pengabdian dilaksanakan pada hari Sabtu, 18 November 2023 di sekolah SD Negeri 02 Jetak Kidul Pekalongan, sebagai wadah kegiatan untuk memberikan edukasi pengenalan vitamin pada siswa siswi.

Dalam melaksanakan kegiatan ini, pelaksana membagi menjadi beberapa tahapan atau prosedur kerja, yaitu: tahap I berupa permohonan izin kepada Kepala sekolah SD Negeri 02 Jetak Kidul, tahap II berupa penentuan tempat kegiatan, tahap III berupa penyuluhan edukasi pengenalan vitamin pada siswa- siswi SD Negeri 02 Jetak Kidul, Tahap IV pemberian materi edukasi pengenalan vitamin dengan memberikan demonstrasi dalam penyuluhan dan manfaat vitamin bagi kebugaran jasmani dan kekebalan tubuh, tahap V berupa kegiatan evaluasi berupa kkuiz lisan pada setiap siswa-siswi SD Negeri 02 Jetak Kidul Pekalongan.



Gambar 1. Diagram Proses Pengabdian

## HASIL

Berdasarkan permasalahan yang dihadapi oleh peserta maka kami berikan solusi sesuai dengan kesepakatan yang telah dilakukan dengan mitra, dalam hal ini pihak Kepala Sekolah. Penyelesai masalah tersebut dilaporkan dalam bentuk luaran dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang pertama yaitu mengenai informasi dan pengetahuan terkait pengenalan penggunaan vitamin pada anak. Kemudian luaran PKM yang kedua yaitu pentingnya pemberian vitamin pada anak. Adapun luaran dari kegiatan pengabdian pada masyarakat ini berupa Pemahaman terkait penggunaan vitamin pada anak dan pemahaman terkait pemberian vitamin pada anak agar dapat memenuhi nutrisi.

Temuan hasil PKM ini bahwa penggunaan vitamin pada anak dapat dikatakan lebih tinggi dibandingkan dengan orang dewasa, hal ini dibuktikan dengan banyaknya produk yang beredar dan gencarnya periklanan. Penggunaan multivitamin yang berlebihan dapat menyebabkan substansi tersebut

terdeposit pada jaringan tubuh terutama vitamin yang tidak larut dalam air. Perlunya edukasi mengenai penggunaan multivitamin pada kelompok masyarakat yang berpengaruh seperti guru Sekolah Dasar diharapkan sebagai ujung tombak edukasi, pemahaman dan kesadaran dalam penggunaan vitamin.

Adapun media yang digunakan untuk melakukan pengabdian masyarakat adalah brosur dan bingkai kartu ucapan. Pengabdian ini telah dilaksanakan pada hari Sabtu, 18 November 2023 bertempat di SD Negeri 02 Jetak Kidul, Kec. Wonopringgo, Kab. Pekalongan, Jawa Tengah.

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 18 November 2023 bertempat di SD Negeri 02 Jetak Kidul, Kec. Wonopringgo, Kab. Pekalongan, Jawa Tengah. bersama mahasiswa(i) Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Target peserta kegiatan adalah siswa(i) Sekolah.



*Gambar 2.3. Penyuluhan Edukasi Pemanfaatan Vitamin Pada Anak Sekolah Dasar*

## **DISKUSI**

Kegiatan ini di dukung oleh beberapa hasil PKM lain yang menyatakan bahwa upaya peningkatan pengetahuan melalui kegiatan PKM dalam webinar dapat meningkatkan pengetahuan peserta sehingga penggunaan suplemen dan multivitamin pada anak menjadi rasional (Untari, E. K., & Yuswar, 2021). Peserta mendapatkan tambahan pengetahuan setelah mengikuti webinar tentang sosialisasi cara penggunaan vitamin C, D, E yang tepat, ditandai dari meningkatnya persentase jawaban benar setelah post-test (Beandrade, M. U., & Hasmar, 2021). Kegiatan PKM ini berhasil membantu pelaksanaan kegiatan BPB dan pemberian vitamin A.

Terlaksananya edukasi tentang penggunaan vitamin pada anak menciptakan pengetahuan baru sehingga menjadi dasar pengetahuan pada anak. Selanjutnya, materi yang telah diperoleh bisa mengedukasi keluarga dan para orang tua sehingga nantinya akan semakin banyak orang tua yang memahami tentang pentingnya pemberian vitamin pada anak. Pengenalan Program Studi S1 Pendidikan Jasmani, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, pemberian materi vitamin dan penggunaan vitamin pada anak.

## **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian berupa demonstrasi materi edukasi pengenalan vitamin untuk meningkatkan kekebalan tubuh anak sekolah dasar dengan menggunakan pemaparan materi edukasi pemanfaatan vitamin pada kelas, meningkatkan system kekebalan tubuh anak, yang pada akhirnya dapat meningkatkan motivasi minat siswa untuk menjaga kebugaran jasmani siswa melalui materi yang menarik dan sesuai dengan kebutuhan kekebalan tubuh siswa.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini telah dilaksanakan pada tanggal 18 November 2023. Kegiatan ini dilakukan secara langsung (tatap muka). Adapun peserta yang menghadiri kegiatan ini yaitu siswa (i) SD Negeri 02 Jetak Kidul. Bentuk kegiatan PKM yang dilakukan berupa sosialisasi kesehatan. Sosialisasi yang dilakukan dengan memberikan materi terkait penggunaan vitamin pada anak.. Selain itu, juga di lakukan penglihatan video edukasi untuk menambah pengetahuan vitamin. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peserta memahami materi yang dijelaskan. Hal ini terlihat dari tingkat pemahaman para peserta dalam sesi diskusi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Kepala Sekolah SD Negeri 02 Jetak Kidul yang telah mendukung jalannya kegiatan penyuluhan edukasi dan pemanfaatan vitamin serta Kelompok Kerja Guru SD Negeri 02 Jetak Kidul yang telah membimbing serta mengarahkan kegiatan ini dengan antusias dan komitmen tinggi untuk meningkatkan kompetensi diri sebagai guru yang profesional.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, R., Putri, I. K., Beandrade, M. U., Nathalia, D. D., & Perwitasari, M. (2022). Edukasi Penggunaan Suplemen Vitamin A, Iodium, Zink, dan Zat Besi dalam Pencegahan Stunting. *Bubungan Tinggi: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(4), 1141-1150.
- Beandrade, M. U., & Hasmar, W. N. (2021). PENGARUH EDUKASI PENGGUNAAN VITAMIN C, D, E YANG TEPAT PADA ERA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Mitra Masyarakat*, 2(1), 30-38.
- Bustamam, N., & Wahyuningsih, S. . (2021). BULAN PENIMBANGAN BALITA DAN PEMBERIAN VITAMIN A DI POSYANDU LIMO DEPOK PADA PANDEMI COVID-19 . *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 152–157.  
<https://doi.org/10.31949/jb.v2i1.665>
- Emei Dwinanarti Setiamandani. (2012). *Perlindungan Hukum Bagi Pekerja Anak dan Upaya Penanggulangannya*, (Jurnal Reformasi, Volume 2, Juli-Desember 2012), hlm. 75-7
- Goodman & Gilman. (2012). *Dasar Farmakologi Terapi*, Edisi 10, Editor Joel. G. Hardman & Lee E. Limbird, Konsultan Editor Alfred Goodman Gilman, Diterjemahkan oleh Tim Alih Bahasa Sekolah Farmasi ITB, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Maudy Asri Gita Utami “Pemberian suplemen vitamin dan mineral untu anak” 2021
- Pebriani, S. H., Marleni, L., Mardiah, M., Saputra, A., MH, M. S. W., Ameliantri, D., & Kusfarini, E. (2021). Edukasi Tips Meningkatkan Daya Tahan Tubuh di Masa Pandemi Covid-19 di RT 16 Kelurahan Pulokerto Kecamatan Gandus Palembang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(1), 01-07.
- Thayeb, A. M. D. R., & Rachman, I. (2021). Edukasi Tentang Klaim Berlebihan Obat Pada Masa Pandemi di Tempat Karantina Duta Covid-19 Hotel Almadaera. *MEGA PENA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 58-66.
- Untari, E. K., & Yuswar, M. A. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Perilaku Yang Rasional Pada Guru Sekolah Dasar Terhadap Penggunaan Suplemen dan Multivitamin Pada Anak. *Al-khidmah*, 4(2), 58-62.
- Wade, A., dan Welles, P.G. 2003. *Handbook of Pharmaceutical Esciplents The Pharmaceutical Press. London.*
- World Health Organization. (2021). *Background document on the inactivated COVID-19 vaccine BIBP developed by China National Biotec Group (CNBG), Sinopharm: background document to the WHO Interim recommendations for use of the inactivated COVID-19 vaccine BIBP developed by China National Biotec Group (CNBG), Sinopharm, 7 May 2021 (No. WHO/2019-*

*nCoV/vaccines/SAGE\_recommendation  
/BIBP/background/2021.1). World  
Health Organization.*

*Yunita Satya Pratiwi. (2013).  
KEKURANGAN VITAMIN A (KVA)  
DAN INFEKSI.*

*Zhongfu, Liu; Chen Xingwen and Shi  
Lixin, ( 2015) , Study of a Rapid  
Detection Method for Protein Content in  
Milk and Development of Detection  
Equipment, International Journal of  
Multimedia and Ubiquitous  
Engineering Vol.10, No.12 (2015),  
pp.67-78.*