Volume 3 Nomor 4, Desember 2025, hal: 175-182 P-ISSN 3031-5778 E-ISSN 3025-129X
https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/jpmp https://doi.org/10.20527/jpmp.v3i4.16568

Penyuluhan tentang Oralit dan Zink untuk Terapi Diare Pada Balita di Posyandu

Nabila[1], Dreiyani Abdi Muliasari[2], Samsul Hadi[3], Nur Mahdi[3], Lukman Mahdi[3], Nurul Mardiati[3], Deni Setiawan[3]*

[1]Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia
[2]Puskesmas 9 Nopember, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia
[3]Program Studi Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Lambung Mangkurat, Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia
Email: deni.setiawan@ulm.ac.id

ABSTRAK

Diare pada balita sangat berbahaya karena dapat menyebabkan dehidrasi dalam waktu yang singkat, yang jika tidak ditangani segera, berisiko fatal bagi tumbuh kembang anak. Oralit dan zink merupakan obat yang diberikan pada anak untuk mengatasi diare. Tujuan dari kegiatan promosi kesehatan ini adalah untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat khususnya cara penggunaan dan hal-hal yang harus diperhatikan pada saat menggunakan oralit atau zink. Kegiatan promosi kesehatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, 22 Oktober 2024 di posyandu kembang barenteng V. Metode yang digunakan dalam kegiatan promosi kesehatan ini adalah metode ceramah, yaitu dengan menjelaskan terkait perbedaan, cara penggunaan, dan hal-hal yang harus diperhatikan pada saat menggunakan oralit atau zink. Evaluasi dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* untuk mengukur peningkatan pengetahuan masyarakat. Kegiatan promosi kesehatan diikuti oleh 20 orang peserta. Nilai rata-rata *pretest* 20 peserta promosi kesehatan adalah 67,5% dan nilai rata-rata *posttest* adalah 98,125%. Terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap oralit dan zink sehingga diharapkan masyarakat dapat menggunakan obat oralit dan tablet zink secara tepat dan aman.

Kata Kunci: Zink, Oralit, Diare, Posyandu, Balita

ABSTRACT

Diarrhea in toddlers is very dangerous because it can cause dehydration in a short time, which, if not treated immediately, can be fatal for the child's growth and development. ORS and zinc are medications given to children to treat diarrhea. The purpose of this health promotion activity is to provide knowledge to the community, especially regarding how to use and things to pay attention to when using ORS or zinc. This health promotion activity was held on Tuesday, October 22, 2024, at the Kembang Barenteng V Integrated Health Service Post (Posyandu). The method used in this health promotion activity was the lecture method, namely by explaining the differences, how to use, and things to pay attention to when using ORS or zinc. Evaluation was carried out through pretests and posttests to measure improvements in community knowledge. The health promotion activity was attended by 20 participants. The average pretest score of the 20 health promotion participants was 67.5%, and the average posttest score was 98.125%. There was an increase

in public knowledge about ORS and zinc, so it is hoped that the community will use ORS and zinc tablets appropriately and safely.

Keywords: Zinc, Oralit, Diarrhea, Posyandu, Toddlers

PENDAHULUAN

Masa pertumbuhan dan perkembangan pada usia balita merupakan masa yang rentan terhadap penyakit. Diare pada balita yang tidak ditangani dengan segera dapat menyebabkan dehidrasi yang berakhir pada kematian (Arifin *et al*., 2024). Diare merupakan kejadian buang air besar (BAB) dengan frekuensi lebih dari tiga kali sehari dan berbentuk lebih cair. Penyakit berbasis lingkungan seperti diare disebabkan oleh infeksi mikroorganisme dan dapat menular fekal-oral. Gejala diare seperti perut kembung, tinja encer, rasa mulas yang terkadang disertai mual dan muntah (Jayanto *et al*., 2020). Salah satu negara dengan kematian balita tertinggi dari kejadian diare adalah Indonesia dengan peringkat ke-7. Diare menjadi penyakit endemis yang memiliki potensial Kejadian Luar Biasa (KLB) dengan kematian pada balita (Gede *et al*., 2022).

Oralit dan zink merupakan obat yang diberikan pada anak untuk mengatasi diare. Oralit merupakan cairan elektrolit yang dapat membantu mencegah dehidrasi atau mengganti cairan tubuh yang hilang akibat diare (Oktavianasari & Fatoni, 2025). Pemberian tablet zink pada anak bermanfaat untuk mempercepat proses perbaikan sel-sel pada permukaan usus bagian dalam, sehingga penyerapan usus lebih cepat pulih dan diare cepat berhenti. Selain itu, pemberian zink dapat mencegah agar anak tidak mudah terkena diare lagi (Kusumawardani & Rokhaidah, 2021).

Salah satu metode untuk melakukan promosi kesehatan yaitu metode ceramah yang menyampaikan pesan secara lisan kepada sekelompok sasaran sehingga memperoleh informasi kesehatan. Promosi kesehatan dapat dilakukan dengan media tambahan berupa *leaflet* yang berisikan informasi mengenai oralit dan tablet zink (Fitriah *et al*., 2023). Pemberian edukasi terkait oralit dan tablet zink untuk terapi diare pada balita penting dilakukan terutama bagi masyarakat yang belum mengetahui perbedaan, cara penggunaan, dan hal-hal yang harus diperhatikan pada saat menggunakan oralit atau tablet zink (Illahi *et al*., 2016). Tujuan dari kegiatan prornosi kesehatan ini adalah untuk mernberikan pengetahuan kepada rnasyarakat khususnya di lingkup Posyandu Kembang Barenteng V rnengenai perbedaan, cara penggunaan, dan hal-hal yang harus diperhatikan pada saat menggunakan oralit atau tablet zink.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan promosi kesehatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, 22 Oktober 2024 di posyandu kembang barenteng V sekitar pukul 09.00-10.00 WITA. Sasaran kegiatan ini yaitu masyarakat di wilayah kerja Posyandu Kembang Barenteng V. Metode yang digunakan dalam kegiatan promosi kesehatan ini adalah metode ceramah, yaitu dengan menjelaskan terkait perbedaan, cara penggunaan, dan hal-hal yang harus diperhatikan pada saat menggunakan oralit atau zink. Instrumen yang digunakan pada kegiatan ini berupa kuesioner yang terdiri atas *pretest* dan *posttest* untuk mengukur peningkatan pengetahuan masyarakat. Media bantu promosi kesehatan yang digunakan adalah *leaflet* untuk memudahkan audiens memahami materi yang disampaikan (Mulia *et al*., 2025).

Materi yang dicantumkan dalam *leaflet* antara lain mencakup definis oralit, cara pembuatan oralit, dosis oralit dan hal-hal yang harus diperhatikan selama pemberian oralit. Adapun materi tentang zink yang diberikan adalah definisi, cara pemberian, penyimpanan dan hal-hal yang menjadi perhatian. Adapun *leaflet* yang digunakan adalah sebagai berikut:

Gambar 1. *Leaflet* Edukasi Oralit dan Zink

Untuk mengevaluasi pengetahuan dan pemahaman peserta dilakukan evaluasi menggunaan soal berbentuk tertutup dengan pilihan jawaban benar atau salah yang disusun sendiri yang sekaligus dapat digunakan untuk melihat keberhasilan promosi kesehatan ini. Adapun daftar pertanyaan yang digunakan adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Daftar Pertanyaan *Pretest* dan *Postest*

No	Pertanyaan	Jawaban Benar	Jawaban Salah
1	Diare merupakan penyakit yang terjadi jika seseorang BAB kurang dari 3 kali atau kesulitan BAB		√
2	Obat yang diberikan untuk menggantikan cairan tubuh yang hilang secara berlebih adalah oralit	√	
3	Bahan yang digunakan untuk membuat oralit di rumah adalah 1/2 sendok makan garam dan 2 sendok gula	√	
4	Jika pasien yang diberikan oralit tidak kencing selama 24 jam segera menghubungi dokter	√	
5	Obat yang diberikan untuk menggantikan cairan tubuh yang hilang secara berlebih adalah tablet zink		√
6	Tablet zink diberikan sehari sekali selama 10 hari berturut-turut agar bayi tidak mudah terkena diare lagi dengan cara melarutkan ke dalam sendok yang berisi air atau ASI	√	
7	Tablet harus disimpan di tempat yang kering, jauhkan dari paparan sinar matahari langsung dan dijauhkan dari jangkauan anak-anak	√	
8	Apabila ada efek samping yang mengganggu pada pasien hentikan pemakaian dan konsultasikan ke dokter	√	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Promosi Kesehatan tentang oralit dan tablet zink untuk terapi diare pada balita yang dilaksanakan di Posyandu Kembang Barenteng pada hari -Selasa, 22 Oktober 2024. Kegiatan promosi kesehatan diikuti oleh 20 orang peserta. Promosi kesehatan diawali dengan perkenalan diri, kemudian dilakukan *pretest* untuk menggali pengetahuan masyarakat tentang tema yang dibawakan. Kegiatan dilanjutkan dengan pembagian *leaflet* dan penjelasan terkait materi yang ada pada *leaflet* sekitar 20-25 menit, lalu dilakukan tanya jawab dan *posttest*. Adapun materi yang dijelaskan antara lain tentang definisi diare dan oralit, cara membuat oralit secara mandiri dengan bahan di rumah, dosis oralit dan hal-hal yang harus diperhatikan selama memberikan oralit. Pemateri juga menjelaskan tentang zink terkait dosis dan cara penggunaan dalam penanganan diare.

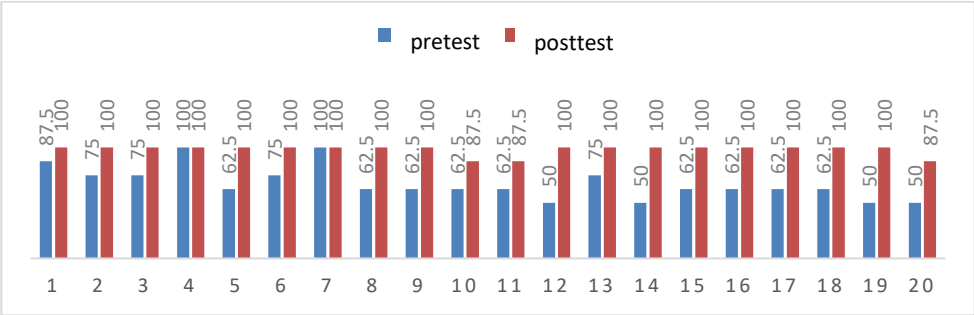
Pemilihan posyandu benteng sebagai lokasi kegiatan karena merupakan salah satu lokasi posyandu dengan jumlah balita terbanyak sehingga memiliki potensi diare yang tinggi. Selain itu, lokasi lingkungan dengan kepadatan penduduk yang tinggi dan hygine sanitasi yang rendah menambah risiko diare menjadi lebih tinggi. Adapun karakteristik responden kegiatan ini adalah sebagai berikut:

Tabel 2. Karakteristik Pasien

No	Karakteristik	Jumlah (%) n = 20
1	Usia	
	20 – 30 tahun	8 (40%)
	30 – 40 tahun	6 (30%)
	>40 tahun	6 (30%)
2	Pekerjaan	
	Ibu rumah tangga	18 (90%)
	Bekerja	2 (10%)
3	Jumlah anak	
	1-2 orang anak	12 (60%)
	>2 orang anak	8 (40%)

Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan

Nilai rata-rata *pretest* 20 peserta promosi kesehatan adalah 67,5% dan nilai rata-rata *posttest* adalah 98,125%. Sebagian besar pasien belum mengetahui tentang penggunaan tablet zink dan fungsinya. Edukasi terkait zink perlu ditingkatkan untuk meningkatkan pengetahuan dalam kondisi diare. Sebagian responden telah mengetahui tentang oralit, cara penggunaan, fungsi dan cara pembuatan oralit, sehingga penanganan dehidrasi pada kondisi diare dapat dicegah. Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan masyarakat tentang oralit dan zink tablet setelah diberikan edukasi. Berikut ini grafik nilai 20 orang peserta dan dokumentasi selama promosi kesehatan berlangsung.



Gambar 3. Grafik Hasil *Pretest* dan *Postest*

Penyuluhan di posyandu terbukti meningkatkan pengetahuan ibu tentang pentingnya pemberian oralit dan zinc sebagai terapi pertama pada balita yang mengalami diare. Dengan pengetahuan yang lebih baik, sikap dan perilaku ibu dalam menangani diare khususnya kepatuhan memberi oralit dan tablet zinc juga menjadi lebih baik. Hal ini sangat penting karena perubahan perilaku orang tua merupakan faktor kunci dalam pencegahan dan penanganan diare di rumah (Putra *et al*., 2024). Penelitian menunjukkan bahwa edukasi dan pemantauan di posyandu yang memastikan pemberian oralit dan zinc serta penerapan tata laksana sesuai anjuran dapat menurunkan kejadian diare dan mencegah diare berulang hingga 2–3 bulan setelahnya (Febrianti & Saputra, 2018). Selain mempercepat proses penyembuhan, suplemen zinc juga berperan mencegah kekambuhan, sedangkan oralit mencegah dehidrasi yang dapat berakibat fatal pada balita (Riskiyah, 2017). Kepatuhan orang tua dalam memberikan zinc berdasarkan edukasi petugas kesehatan sangat berhubungan dengan penurunan durasi dan frekuensi diare (Aini *et al*., 2024). Program pemantauan dan edukasi berkala di posyandu, seperti yang dilaksanakan oleh Puskesmas, bertujuan menekan angka kejadian diare serta meningkatkan kesadaran dan kepatuhan masyarakat dalam perawatan balita. Evaluasi secara rutin juga menjaga efektivitas program dan memastikan balita mendapatkan perawatan terbaik (Rahmawati *et al*., 2008).

Kegiatan berjalan dengan lancar dan muncul beberapa diskusi selama kegiatan diantaranya apakah anak tetap diberikan ASI atau susu formula selama diare. Air susu ibu (ASI) harus tetap harus diberikan kepada anak untuk memenuhi nutrisi dan menurunkan risiko dehidrasi (Khotimah *et al*., 2024). Susu formula juga tetap harus diberikan terutama untuk balita yang tidak lagi mendapatkan ASI namun perlu dipastikan diare bukan disebabkan oleh susu formula yang diberikan misalnya pada kasus intoleransi laktosa. Pertanyaan lain yang muncul adalah kapan waktu pemberian antibiotik saat diare. Antibiotik hanya digunakan pada diare dengan indikasi infeksi bakteri dan atas rekomendasi dokter (Krisliandi *et al*., 2025). Sebagian besar diare disebabkan infeksi virus yang dapat hilang dalam waktu 3 hari.

KESIMPULAN

Berdasarkan promosi kesehatan yang dilakukan di Posyandu Kembang Barenteng dan hasil yang didapatkan, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat terhadap oralit dan zink dengan rata-rata *pretest* 20 peserta promosi kesehatan adalah 67,5% dan nilai rata-rata *posttest* adalah 98,125%. sehingga diharapkan masyarakat dapat menggunakan obat oralit dan tablet zink secara tepat dan aman.

DAFTAR PUSTAKA

Oktavianasari, A., & Fatoni, R. (2025). Pola Peresepan Obat Diare pada Pasien Balita di Instalasi Rawat Jalan RSUD Kajen Kabupaten Pekalongan Periode Januari – Juni 2024. *An-Najat*, *3*(1), 35–50. https://doi.org/10.59841/an-najat.v3i1.2240

Aini, N., Nur Endah Sari, Y., & Suhartin. (2024). Hubungan Kepatuhan Minum Zinc pada Balita Diare dengan Kejadian Diare. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, *6*(1), 41–48. https://doi.org/https://doi.org/10.37287/jppp.v6i1.1978

Arifin, B., Efendy, I., & Syafitri, R. (2024). Faktor yang Memengaruhi Kejadian Diare pada Balita di Wilayah Puskesmas Tanjung Sekayam Kabupaten Sanggau Kalimantan Barat. *Quantum Wellness : Jurnal Ilmu Kesehatan*, *1*(3), 197–215. https://doi.org/10.62383/quwell.v1i3.760

Febrianti, A., & Saputra, A. (2018). Penerapan Pemberian Terapi Oralit terhadap Kekurangan Volume Cairan pada Anak dengan Diare. *Jurnal Kesehatan AKPER KESDAM 2/Sriwijaya*, *7*(1), 20–33. https://ojs.hestiwirasriwijaya.ac.id/index.php/JSS/article/view/106

Fitriah, E., Nurima Septiana Sar, I., Novani, N., Aulia Norsafitri, R., Setiawan, D., Handayani, N., Studi Pendidikan Profesi Apoteker, P., Lambung Mangkurat, U., & Brigjen Hasan Basry Kandangan, R. H. (2023). Edukasi Menggunakan Leaflet Berdasarkan Teori Health Believe Model (HBM) pada Pasien Hipertensi. *Abdimasku*, *6*(2), 432–439. https://doi.org/10.33633/ja.v6i2.1129

Gede, D., Apriani, Y., Made, D., Sastra Putri, F., Widiasari, N. S., Advaita, S., Tabanan, M., & Corresponding, I. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Diare Pada Balita Di Kelurahan Baler Bale Agung Kabupaten Jembrana Tahun 2021. *Journal of Health and Medical Science*, *1*(3), 15-26. https://pusdikra-publishing.com/index.php/jkes/article/view/714

Jayanto, I., Ningrum, V. D. A., & Wahyuni. (2020). Gambaran serta Kesesuaian Terapi Diare pada Pasien Diare Akut yang Menjalani Rawat Inap Di Rsud Sleman. *Pharmacy Medical Journal*, *3*(1), 1–10. https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/pmj/article/download/28957/28234

Khotimah, K., As Satillah, S., Fitriani, V., Miranti, M., Maulida, M., Hasmalena, H., Pagarwati, L. D. A., & Zulaiha, D. (2024). Analisis Manfaat Pemberian Asi Eksklusif Bagi Ibu Menyusui dan Perkembangan Anak. *PAUDIA: Jurnal Penelitian Dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 254–266. https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505

Krisliandi, I., Made, G., Surya, G., Trapika, C., Ayu, I., Widhiartini, A., Komang Satriyasa, B., & Korespondensi: I, P. (2025). Profil penggunaan antibiotik pada pasien pediatri diare akut rawat inap di Rumah Sakit X Kabupaten Gianyar tahun 2023. *Fakultas Kedokteran Universitas Udayana | Medicina*, *56*(1), 33–39. https://doi.org/10.15562/medicina.v56i1.1365

Illahi, R. K., Firnanda P, F., & Sidharta, B. (2016). Tingkat Pendidikan Ibu dan Penggunaan Oralit dan Zinc pada Penanganan Pertama Kasus Diare Anak Usia 1-5 Tahun: Sebuah Studi di Puskesmas Janti Malang. *PHARMACEUTICAL JOURNAL OF INDONESIA*, *2*(1), 1–6. https://pji.ub.ac.id/index.php/pji/article/view/1

Kusumawardani, Y., & Rokhaidah. (2021). Pemberian Tablet Zinc Dengan Durasi Diare Pada Balita. *Indonesian Jurnal of Health Development*, *3*(2), 239–244. https://doi.org/10.52021/ijhd.v3i2.87

Mulia, M., Maryani, H., Sari, O. M., Mahdi, N., Hadi, S., & Setiawan, D. (2025). Promosi Kesehatan Tentang Kolesterol Kepada Masyarakat di Kegiatan Posyandu Puskesmas Sungai Ulin Banjarbaru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, *2*(4), 257–264. https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i4.14162

Putra, A. M. P., Wathan, N., Lingga, H. N., Setiawan, D., Sari, O. M., Mardiati, N., Akbar, N. H., Sari, R. P., Rizkiyah, N. A., Salsabila, R. Z., & Salwa, H. (2024). Edukasi Pemanfaatan Mandiri TOGA kepada Kader Puskesmas Mataraman. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Panacea*, *2*(3), 163. https://doi.org/10.20527/jpmp.v2i3.13245

Rahmawati, E., Padmawati, R. S., & Widyatama, R. (2008). Analisis Kebutuhan Program Promosi Pencegahan Diare pada Anak Berusia Di Bawah Dua Tahun. *Berita Kedokteran Masyarakat*, *24*(3), 111–119. https://doi.org/10.22146/bkm.3588

Riskiyah. (2017). Peranan Zinc pada Penanganan Kasus Penyakit Diare yang Dialami Bayi maupun Balita. *Journal of Islamic Medicine*, *1*(1), 22–29. https://doi.org/10.18860/jim.v1i1.4119