

**PENDIDIKAN KESEHATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT TENTANG  
CUCI TANGAN YANG BENAR DI SD NEGERI 24 KOTA BENGKULU**

***HEALTH EDUCATION BEHAVIOR CLEAN AND HEALTHY LIVING ABOUT RIGHT  
HAND WASH IN PRIMARY SCHOOL 24 BENGKULU CITY***

**Linda Yusanti<sup>1)\*</sup>, Kurnia Dewiani<sup>2)</sup>, Yetti Purnama<sup>3)</sup>**

<sup>1)</sup>Prodi D3 Kebidanan Fakultas MIPA Universitas Bengkulu, email: lyusanti@unib.ac.id

<sup>2)</sup>Prodi D3 Kebidanan Fakultas MIPA Universitas Bengkulu, email: kdewiani@unib.ac.id

<sup>3)</sup>Prodi D3 Kebidanan Fakultas MIPA Universitas Bengkulu, email: ypurnama@unib.ac.id

**ABSTRAK**

Usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik dilingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS di sekolah yaitu: Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, membuang sampah pada tempatnya. Menjaga kebersihan tangan guna mencegah masuknya kuman ke dalam tubuh, dan hal itu dapat diwujudkan melalui tindakan mencuci tangan yang benar. Metode yang digunakan adalah diskusi, presentasi, *roleplay* dan menayangkan video tentang cuci tangan pakai sabun yang benar. Hasil evaluasi diketahui bahwa adanya peningkatan pengetahuan anak tentang perilaku hidup bersih dan sehat terutama tentang cara cuci tangan yang benar. Sehingga dengan adanya pendidikan ini anak-anak dapat berperilaku hidup bersih dan sehat.

**Kata Kunci:** *Edukasi Cuci Tangan Anak Sekolah*

**ABSTRACT**

*School age is a golden age to instill the values of clean and healthy living behaviors that it has the potential to act as agents of change to promote clean and healthy living behaviors, both within the school, family and community. The indicators used as a measure to assess clean and healthy living behaviors in schools are: Washing hands with running water and using soap, consuming healthy snacks in the school canteen, using clean and healthy latrines, regular and measured exercise, eradicating mosquito larvae, not smoking in schools, weighing and measuring height every 6 months, throwing garbage in its place. Maintain hand hygiene to prevent germs from entering the body, and this can be realized through proper hand washing. The methods used are discussion, presentation, roleplay and showing a video about washing hands with the correct soap. The results of the evaluation showed that there was an increase in children's knowledge about clean and healthy living habits, especially about how to wash their hands properly. So that with this education children can behave in a clean and healthy life.*

**Keywords:** *Education Hand Wash School Children*

**PENDAHULUAN**

Pencapaian kesejahteraan rakyat didukung oleh kesehatan masyarakat salah satunya meliputi kesehatan anak-anak. Kesehatan masyarakat merupakan modal pokok dalam rangka kemajuan kehidupan bangsa. Jumlah anak yang

yakni 30% dari total penduduk Indonesia atau sekitar 73 Juta orang dan usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik dilingkungan

sekolah, keluarga dan masyarakat [1]. PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat. Saat ini di Indonesia terdapat lebih dari 250.000 baik dari sekolah negeri, swasta maupun sekolah agama [2].

Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga dapat menjadi ancaman penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Lebih dari itu, usia sekolah bagi anak juga merupakan masa rawan terserang berbagai penyakit. Ada beberapa indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS di sekolah yaitu : Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, membuang sampah pada tempatnya [2].

Hari cuci tangan diperingati pada tanggal 15 Oktober setiap tahun. Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) dan organisasi pemerinta maupun swasta menggalamgkan perilaku cuci tangan pakai sabun untuk mengurai terjadinya penyakit bahkan mengurangi terjadinya kematian pada balita/anak-anak [3]. Mencuci tangan merupakan cara yang cukup berperan untuk mencegah infeksi. Tangan kita dihuni oleh sekitar 1000 koloni bakteri normal dan

bentuk permukaan kulit tangan yang tidak rata memungkinkan bakteri patogen juga dapat hidup dan berkembang di kulit tangan. Tangan merupakan bagian tubuh manusia yang fungsional yang sangat intens dipergunakan oleh manusia dalam kehidupannya, dalam kontakannya dengan lingkungan tangan mudah sekali dihindangi kuman, sehingga merupakan pintu masuknya kuman kedalam tubuh manusia, seperti mengakibatkan berbagai macam penyakit seperti diare, muntaber, dan ISPA [4, 5].

Mencuci tangan memakai sabun dapat menurunkan risiko terinfeksi penyakit sebanyak 45%. Tetapi ada sebagian orang yang tidak sadar bahwa mencuci tangan itu kebiasaan yang harus diterapkan dalam kegiatan sehari-hari dalam lingkungan. Biasanya anak-anak malas mencuci tangan biasanya tidak diajarai oleh orang tuanya, tetapi orang dewasa malas mencuci tangan biasanya karena tidak diajari sejak dini dan karena malas. Oleh karena itu adalah penting untuk menjaga kebersihan tangan guna mencegah masuknya kuman ke dalam tubuh, dan hal itu dapat diwujudkan melalui tindakan mencuci tangan yang benar [1].

Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS disekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) [2].

Promosi Kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui proses pembelajaran bersama masyarakat, khususnya masyarakat pendidikan di sekolah. Promosi kesehatan ini dilakukan agar mereka dapat menolong dirinya sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber pada masyarakat, sesuai dengan kondisi sosial budaya setempat dan didukung oleh kebijakan secara internal maupun lingkungannya yang berwawasan kesehatan. Dalam konteks menolong diri sendiri dimaksudkan bahwa masyarakat sekolah mampu berperilaku mencegah timbulnya masalah-masalah kesehatan, memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan serta mampu pula mengatasi apabila masalah kesehatan tersebut terlanjur terjadi di lingkungan mereka [7].

Sekolah Dasar (SD) Negeri 24 terletak di Jl. Manggis Kel. Panorama Kec. Gading Cempaka Kota Bengkulu. Lokasi SD Negeri 24 Kota Bengkulu berdekatan dengan pasar tradisional Panorama. Diketahui bahwa daerah pasar sangat identik dengan tempat yang penuh dengan sampah, becek, banyak alat bisa menjadi sumber penyakit. Mayoritas murid SD Negeri 24 didominasi penduduk daerah pasar. Karakteristik pendidikan dan ekonomi masyarakat daerah sekitar masih cukup rendah, dimana para orang tua sibuk berjualan sepanjang hari sehingga kurang waktu untuk mengontrol dan memberi edukasi pada anak-anaknya. Berdasarkan hasil observasi dan diperoleh informasi bahwa pemberian edukasi tentang

PHBS di SD di kota Bengkulu masih sangat minim. Untuk itu para siswa SD sangat penting diberi pengetahuan PHBS terutama tentang cuci tangan yang benar.

Tujuan pada pengabdian ini adalah untuk menambah pengetahuan dan pemahaman anak SD tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta cara cuci tangan pakai sabun yang benar dan membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

#### **METODE PELAKSANAAN KEGIATAN**

Pengabdian dilaksanakan di sekolah SD Negeri 24 Kota Bengkulu. Waktu implementasi dilaksanakan pada tanggal 6 Nopember 2019. Jumlah peserta sebanyak 55 orang. Persiapan pengabdian ini melalui beberapa tahapan yaitu mulai dari melakukan survey lapangan, mengadakan pertemuan dengan pihak sekolah guna menjelaskan teknis kegiatan pengabdian, menyiapkan media untuk penyampaian materi berupa media power point, video, leaflet, dan poster, belanja alat dan bahan untuk pelaksanaan kegiatan. Tahapan implementasi, anak-anak diberikan materi tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta cara cuci tangan pakai sabun yang benar. Metode yang digunakan adalah diskusi, presentasi, *roleplay* dan menayangkan video tentang cuci tangan pakai sabun yang benar. Anak-anak diminta untuk menghafal lagu yang ditayangkan dalam video, dan dilakukan evaluasi proses berupa meminta anak-anak menyanyikan ulang lagu tersebut hingga seluruh peserta bisa menyanyikannya dengan

baik dan benar dan anak-anak dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan pengabdian seputar materi yang telah disampaikan. Evaluasi akhir dilakukan 2 minggu setelah implementasi, untuk melihat keberhasilan kegiatan ini. Evaluasi kegiatan dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan tentang materi waktu implementasi kepada sejumlah anak-anak yang telah mengikuti implementasi pengabdian sebelumnya.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah awal yang dilaksanakan oleh tim pelaksana kegiatan pengabdian adalah melakukan observasi atau peninjauan calon mitra melalui wawancara dengan pihak sekolah. Dari observasi dan wawancara diperoleh informasi seputar permasalahan pada siswa, yaitu kurangnya pengetahuan kesadaran untuk hidup bersih dan sehat terutama tentang cuci tangan yang benar. Karakteristik lingkungan rumah yang dekat dengan lokasi pasar tradisional membuat kuman akan dengan mudah berpindah dan berkembang biak serta karakteristik pendidikan dan ekonomi orang tua yang sepanjang hari sibuk berjualan di pasar sehingga kurang waktu untuk mendidik dan memberikan edukasi pada anak-anaknya. Berdasarkan hasil observasi dan diperoleh informasi bahwa pemberian edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat masih kurang. Terdapat beberapa anak yang sering tidak masuk sekolah dikarenakan muntaber yang penyebabnya dari perilaku hidup yang tidak bersih dan sehat.

Implementasi telah dilaksanakan pada tanggal 6 Nopember 2019 di SD Negeri 24 Kota Bengkulu. Saat implementasi anak-anak diberikan edukasi dan pemaparan materi perilaku hidup bersih dan sehat tentang cara cuci tangan yang benar dan demonstrasi cara cuci tangan yang benar. Jumlah peserta sebanyak 50 orang siswa/siswi.

Media implementasi yang digunakan adalah power point, leaflet, poster dan video. Metode yang digunakan adalah ceramah, diskusi, roleplay dan menayangkan video tentang cuci tangan pakai sabun yang benar. Anak-anak diminta untuk menghafal lagu yang ditayangkan dalam video, dan dilakukan evaluasi proses berupa meminta anak-anak menyanyikan ulang lagu tersebut hingga seluruh peserta bisa menyanyikannya dengan baik dan benar dan anak-anak dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan pengabdian seputar materi yang telah disampaikan. Sejumlah kelas dan tempat-tempat strategis benner atau poster agar anak-anak dapat membaca dan mempelajari materi tentang cuci tangan pakai sabun yang benar.



Gambar 1. Implementasi cuci tangan yang benar

Evaluasi akhir dilakukan 2 minggu setelah implementasi, untuk melihat keberhasilan kegiatan ini. Evaluasi kegiatan dengan memberikan pertanyaan lisan kepada anak-anak yang juga telah mengikuti kegiatan implementasi sebelumnya. Hasil evaluasi mengalami peningkatan pengetahuan peserta bisa mendemonstrasikan cara cuci tangan yang benar dan seluruh siswa bisa menjawab pertanyaan seputar materi serta siswa dapat mengulang lagu tentang cuci tangan pakai sabun yang benar dengan lancar.

Keberlanjutan pengabdian ini adalah kami melakukan kerjasama dalam membentuk wadah “Bimbingan dan Konsling Perilaku Hidup Bersih dan Sehat” di SD Negeri 24 Kota Bengkulu, dengan adanya wadah ini diharapkan menjadi upaya keberlanjutan pengabdian sebagai upaya perwujudan tri dharma perguruan tinggi Universitas Bengkulu.



Gambar 2. Penyerahan leaflet dan poster

## KESIMPULAN

Berdasarkan kegiatan pengabdian yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Para peserta yaitu siswa SD Negeri 24 kota Bengkulu memperoleh tambahan pengetahuan dan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)
2. Para peserta yaitu siswa SD Negeri 24 kota Bengkulu dapat melakukan cuci tangan pakai sabun yang benar

## SARAN

Kegiatan ini hendaknya dapat menambah pengetahuan dan pemahaman siswa tentang Perilaku hidup bersih dan sehat terutama tentang cuci tang pakai sabun yang benar. Diharapkan kegiatan serupa juga dilakukan di sekolah-sekolah yang lain, khususnya di daerah-daerah yang mudah terpapar oleh kuman, seperti lokasi pasar dan pesisir pantai. Selama pelaksanaan hendaknya diikut sertakan semua siswa yang berada di lingkungan sekolah, agar semua siswa mendapat keseragaman informasi perilaku hidup bersih dan sehat.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah SD Negeri 24 Kota Bengkulu, Guru dan staf SD Negeri 24 Kota Bengkulu, siswa/siswi kelas 1 dan seluruh murid SD Negeri 24 Kota Bengkulu.

## REFERENSI

- [1] Unicef Indonesia. 2012. PHBS dalam kedaruratan <http://www.unicef.org/indonesia/PHBSDalamKedaruratan.pdf>. Diakses tanggal 18 Juli 2020

- [2] Kementrian Kesehatan RI. Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). 2008. Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat. Jakarta
- [3] WHO. 2008. Unicef. Progress on drinking and sanitation Unicef & WHO. Gevana
- [4] WHO. 2009. Guidelines on hand hygiene in healthcare. Gevana
- [5] Departemen Kesehatan RI. 2012. Buku saku diare edisi 2011. Jakarta
- [6] Departemen Kesehatan RI. 2009. Panduan penyelenggaraan cuci tangan pakai sabun sedunia (HCTPS). Jakarta
- [7] Notoatmojo. 2003. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta