

**PENINGKATAN KESADARAN PHBS CUCI TANGAN DENGAN BENAR PADA ANAK
USIA SEKOLAH****Nourmayansa Vidya Anggraini^{1*}, Diah Tika Anggraeni², Mareta Dea Rosaline³**¹⁻³Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Email Korespondensi: nourmayansa@upnvj.ac.id

Disubmit: 01 November 2021

Diterima: 29 Desember 2021

Diterbitkan: 03 April 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5399>**ABSTRAK**

Anak merupakan generasi penerus bangsa dimasa akan datang. Akan tetapi, banyak anak-anak yang menderita diare bahkan hingga mengalami kematian. Diare dapat dicegah dengan perilaku hidup bersih dan sehat salah satunya melaksanakan cuci tangan dengan benar menggunakan sabun. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan upaya dalam meningkatkan kesehatan, mencegah dan melindungi dari terjadinya risiko berbagai ancaman penyakit. PHBS perlu diterapkan pada anak sejak dini agar anak paham dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Promosi PHBS banyak dilakukan dengan berbagai media. Salah satu tujuan PHBS adalah memberikan penyadaran pada masyarakat sehingga tercapai kualitas kesehatan. Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa sekolah dalam mengenal dan mencegah penularan diare. Hasil penyuluhan kesehatan menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan pada anak usia sekolah Setelah kegiatan penyuluhan kesehatan dihasilkan bahwa anak dapat mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Pelaksanaan PHBS perlu pantauan orang tua ketika dirumah dan dari guru ketika di sekolah. Dukungan tersebut penting dilakukan supaya anak bisa mempraktekkan PHBS khususnya mencuci tangan dengan langkah yang benar dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: PHBS, anak usia sekolah, cuci tangan**ABSTRACT**

Children are the next generation of the nation in the future. However, many children suffer from diarrhea and even die. Diarrhea can be prevented by a clean and healthy lifestyle, one of which is washing hands properly with soap. Clean and healthy living behavior (PHBS) is an effort to improve health, prevent and protect from the risk of various disease threats. PHBS needs to be applied to children from an early age to understand and apply it in everyday life. PHBS promotions have been widely carried out, both through print and electronic media. The main goal of the PHBS movement is to improve the quality of health through awareness processes in everyday life. This community service program activity aims to increase the knowledge and behavior of school students in recognizing and preventing the transmission of diarrhea. The results of health counseling conducted on school-age children showed an increase in children's knowledge before and after being given health counseling. After health

education activities are produced that children can practice in everyday life. The implementation of PHBS needs parental monitoring when at home and from the teacher when at school. This support is important so that children can practice PHBS, especially washing hands in the right way in everyday life.

Keywords: PHBS, school-age children, washing hands

1. PENDAHULUAN

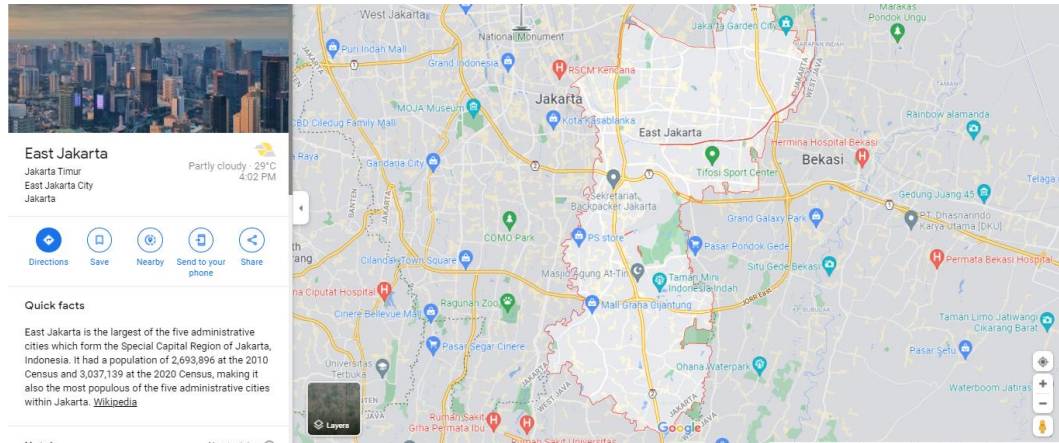
Generasi penerus bangsa adalah anak-anak yang sedang tumbuh berkembang pada masa kini. Tugas-tugas perkembangan akan lebih baik untuk dipenuhi (Maglaya, 2009). Anak usia sekolah memerlukan kemampuan dalam pemenuhan tugas-tugas perkembangannya (Hitchcock, J.E, Schubert, P.E., Thomas, 1999). Mereka berhak mendapatkan kesehatan yang terbaik. Perilaku kesehatan yang tidak baik akan merusak tatanan kehidupan dalam bidang kesehatan. Begitu pula dengan gaya hidup, baik pada individu ataupun keluarga dalam masyarakat berpengaruh pada kesehatan.

Penyebab kematian terbanyak pada anak adalah diare. Pencegahan bisa dilakukan dengan melaksanakan cuci tangan sesuai langkah yang benar menggunakan sabun. Perilaku hidup bersih dan sehat adalah upaya dalam meningkatkan kesehatan dan memberikan perlindungan dari berbagai ancaman penyakit (Departemen Kesehatan RI, 2015) . ISPA dan diare yang seringkali terjadi pada anak usia sekolah ini disebabkan oleh kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat. Pelaksanaan PHBS pada anak usia sekolah terlihat dari kebiasaan sikat gigi dengan benar, mencuci tangan, membersihkan kuku dan rambut yang merupakan kebiasaan sehari-hari (Departemen Kesehatan RI, 2015). Apabila hal-hal tersebut dilakukan dengan benar maka akan mengurangi risiko terjadinya penyakit pada anak usia sekolah.

PHBS perlu diterapkan pada anak sejak dini supaya anak paham dan mampu mengaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Promosi-promosi PHBS telah banyak dilakukan. Promosi kesehatan dilakukan melalui media cetak maupun elektronik. Pada penelitian (Serri Hutahaeen, 2021) terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan terkait PHBS pada anak usia sekolah. Tujuan PHBS adalah memberikan kesadaran pada anak usia sekolah sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa sekolah dalam mengenal dan mencegah penularan diare sehingga tercapai kesehatan yang maksimal.

2. MASALAH

Alasan memilih tempat kegiatan di RT X Jakarta adalah banyak anak usia sekolah yang belum paham tentang PHBS dan praktik mencuci tangan dengan benar. Selain itu juga didapatkan anak-anak yang diare karena kurangnya penerapan PHBS khususnya cuci tangan dengan benar. Tujuan dari kegiatan ini adalah anak usia sekolah paham tentang PHBS khususnya cuci tangan dengan benar sehingga terhindar dari berbagai macam penyakit akibat kurangnya kebersihan dari tangan.



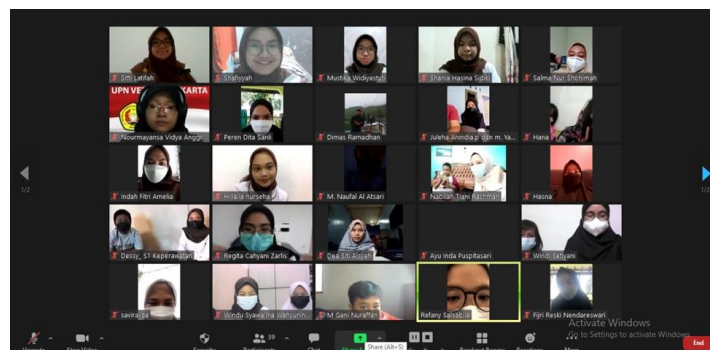
Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

3. METODE

Beberapa tahapan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah membuat perencanaan, pengisian pre-test untuk para peserta, penyampaian materi melalui penyuluhan kesehatan, demonstrasi cuci tangan, tanya jawab, redemonstrasi, dan pengisian soal post test. Perencanaan dilakukan dengan melakukan survey lapangan dan sosialisasi ke tempat tujuan pengabdian masyarakat, yaitu RT X Jakarta. Didapatkan data bahwa di RT X terdapat banyak anak usia sekolah dan belum mengetahui pentingnya PHBS cara cuci tangan dengan benar. Sosialisasi dilakukan kepada anak usia sekolah selaku sasaran edukasi. Media yang disiapkan adalah power point presentasi. Evaluasi dilakukan sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan kesehatan guna mengetahui perubahan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 30 orang bertempat di RT X Jakarta.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan penyuluhan kesehatan PHBS terkait cuci tangan dengan benar pada anak usia sekolah di RT X Jakarta. Kegiatan dilaksanakan secara online melalui platform zoom meeting pada tanggal 17 September 2021. Berikut gambar skrinshot di platform zoom meeting.



Gambar 2. Zoom Meeting pengabdian masyarakat

Tabel 1. Analisa Kesenjangan Pengetahuan Anak Usia Sekolah Terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (n=30)

Kegiatan	Pre Test	Mean	Post Test	Mean
	n	%	N	%
Baik	14	46,7	23	76,7
Kurang Baik	16	53,3	7	23,3
Total	30	100	30	100

Pada tabel 1 didapatkan hasil kesenjangan pengetahuan antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah. Didapati bahwa sebanyak 14 anak (46,7%) sedari awal memang sudah memiliki pengetahuan yang baik mengenai PHBS, sedang 16 anak lainnya masih memiliki pengetahuan yang kurang baik mengenai PHBS (53,5%). Setelah diberikan materi edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, sebanyak 9 anak mempunyai peningkatan pengetahuan, dari 14 anak menjadi 23 anak (76,7%) anak usia sekolah berpengetahuan baik. Sedang 7 anak lainnya masih belum mengerti dengan benar pengetahuan mengenai PHBS (23,3%).

Hal ini mengartikan anak usia sekolah yang mengikuti edukasi mayoritas dapat menangkap materi edukasi yang diberikan. Akibat penginderaan yang berjalan dengan baik, pengetahuan baru pun mudah diserap. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hudzaifah dan Aprilawati (2021) mengenai pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan dan praktek cuci tangan anak usia sekolah bahwa edukasi memegang peranan penting dalam membentuk kebiasaan baru cuci tangan serta menambah wawasan mereka mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. (Notoatmodjo S, 2010) juga mengemukakan pendapat bahwa untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk tindakan, hal utama yang dilakukan adalah melalui Pendidikan kesehatan.

Tabel 2. Analisa Kesenjangan Sikap Anak Usia Sekolah Terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (n=30)

Kegiatan	Pre Test	Mean	Post Test	Mean
	N	%	N	%
Baik	12	40	19	63,3
Kurang Baik	18	60	11	36,7
Total	30	100	30	100

Pada tabel 2 didapatkan hasil kesenjangan sikap antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah. Didapati bahwa sebanyak 12 anak (40%) memiliki sikap yang baik dalam melakukan perilaku hidup bersih dan sehat, sedang 18 anak lainnya masih memiliki sikap yang kurang baik dalam melakukan PHBS

(60%). Setelah diberikan materi edukasi dan demonstrasi cara cuci tangan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, 7 anak memiliki perubahan sikap, menjadi 19 anak memiliki sikap yang baik dalam menerapkan PHBS (63,3%). Sedang 11 anak lainnya masih kurang baik menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-harinya (36,7%).

Berdasarkan hasil olah data yang dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa mayoritas anak usia sekolah memiliki sikap yang baik dalam menerapkan perilaku hidup bersih sehat setelah diberikan edukasi kesehatan mengenai PHBS dan cara mencuci tangan yang benar yakni sebanyak 19 anak (63,3%). Hal ini menandakan bahwa mayoritas anak memahami dan mendalami materi edukasi yang diberikan, sehingga anak usia sekolah yang sebelumnya memiliki sikap kesehatan yang kurang baik sebelum diberikan edukasi, menjadi memiliki sikap kesehatan yang baik setelah diberikan edukasi. Dan anak yang sebelumnya sudah bersikap kesehatan yang baik, tetap memiliki sikap yang baik dalam menerapkan PHBS.

Tabel 3. Analisa Kesenjangan Perilaku Anak Usia Sekolah Terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (n=30)

Kegiatan	Pre Test	Mean	Post Test	Mean
	N	%	N	%
Baik	12	40	18	60
Kurang Baik	18	60	12	40
Total	30	100	30	100

Pada tabel 3 diatas didapatkan hasil kesenjangan perilaku antara sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan mengenai perilaku hidup bersih sehat pada anak usia sekolah. Didapati bahwa sebanyak 12 anak (40%) memiliki perilaku kesehatan yang baik sebelum dilakukan edukasi kesehatan tentang PHBS sedangkan 18 anak (60%) lainnya memiliki perilaku kesehatan yang kurang baik. Setelah diberikan edukasi kesehatan tentang PHBS dan materi cara mencuci tangan 6 langkah yang benar, sebanyak 6 anak mengalami perubahan perilaku yang sebelumnya 12 anak menjadi 18 anak (60%) yang memiliki perilaku kesehatan yang baik, sedangkan 12 anak (40%) lainnya masih memiliki perilaku kesehatan yang kurang baik.

Dalam memberikan penyuluhan, supaya materi dapat dipahami dengan baik maka penyuluhan bisa dilakukan dengan penggunaan media elektronik (Mochamad Setyo Pamono, 2011). Pengetahuan seseorang berpengaruh terhadap perilaku seseorang terhadap kesehatannya. Berdasarkan penelitian-penelitian bahwa cuci tangan dengan sabun sangat efektif membunuh kuman penyebab diare. Anak merupakan salah satu kelompok yang rentan terserang penyakit. Penyakit yang sering muncul biasanya karena kurangnya kebersihan diri.

Kurangnya pengetahuan tentang perilaku hidup sehat dan bersih menyebabkan penyebaran penyakit baik pada seorang individu maupun keluarga (Serri Hutahaean, 2021). Sebaiknya sekolah perlu memberikan pengetahuan lengkap kepada anak didiknya terkait PHBS. UKS merupakan salah satu sarana yang bisa digunakan dalam penanaman nilai-nilai PHBS di

sekolah. Perilaku para petugas dan ketersediaan fasilitas dalam penyampaian promosi kesehatan juga berpengaruh terhadap terbentuknya suatu perilaku atau tindakan.

Promosi kesehatan merupakan salah satu upaya dalam peningkatan kesadaran individu dalam masalah kesehatan. Apabila kesadaran PHBS sudah tumbuh, maka masalah-masalah kesehatan akan dapat dicegah. Selain itu juga akan terpelihara dan peningkatan derajat kesehatan. PHBS merupakan suatu perilaku yang dilaksanakan karena atas kesadaran seseorang, keluarga ataupun kelompok masyarakat di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat.

Salah satu tujuan PHBS adalah munculnya kesadaran pada masyarakat sehingga tercapai kualitas kesehatan yang meningkat. (Serri Hutahaean, 2021) mengatakan bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia belum membudayakan perilaku cuci tangan dalam kehidupan sehari-hari karena belum adanya pemahaman tentang hal ini. Menurut (Wokas, 2018) bahwa PHBS di sekolah adalah suatu perilaku yang dilakukan oleh seluruh warga sekolah dalam upaya menjaga kesehatan dan mewujudkan kesejahteraan. Cuci tangan merupakan salah satu perilaku sederhana namun jika diterapkan dengan baik dalam kehidupan sehari-hari maka akan memberikan dampak yang maksimal untuk kesehatan. Tangan merupakan agen masuknya kuman penyebab penyakit melalui mulut. Penyebarannya ini bisa melalui makanan dan minuman atau benda lain yang menempel di tangan yang kemudian masuk ke dalam mulut. Penyakit diare disebabkan oleh banyak masalah kesehatan salah satunya adalah cuci tangan.

(Purnama, 2017) menyatakan bahwa pemberian informasi terkait penyakit melalui penyuluhan ini merupakan salah satu upaya dalam peningkatan literasi di sekolah. Tumbuh kembangnya anak tergantung pada asupan gizi, stimulasi psikososial, dan layanan kesehatan. Layanan kesehatan berpengaruh pada individu maupun masyarakat secara umum. PHBS perlu dibiasakan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terbentuk perilaku yang sehat bagi anak. Dengan pola hidup yang sehat maka berbagai penyakit akan enggan untuk menempel sehingga tumbuh kembang anak akan optimal.

Promosi kesehatan merupakan peningkatan kemampuan masyarakat melalui proses pembelajaran. Kemampuan masyarakat ini diharapkan dapat mencegah munculnya masalah kesehatan sehingga akan tercapai derajat kesehatan yang optimal. (Kemenkes, 2016) menyatakan bahwa manfaat PHBS yang paling besar adalah tercipta kesadaran masyarakat untuk menjalani perilaku hidup sehat dengan menjaga kebersihan.

Salah satu cara paling efektif pencegahan diare adalah mencuci tangan dengan langkah yang benar menggunakan sabun. (Ponidjan, 2013) memberikan ulasan bahwa terdapat hubungan antara cuci tangan dan munculnya diare pada anak. Demikian juga (Utomo, 2019) menyatakan terdapat hubungan antara cuci tangan dan kejadian masalah kesehatan diare. Salah satu upaya dalam mencegah kejadian diare adalah dengan melakukan promosi kesehatan tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah. Media promosi kesehatan sangat berperan dalam perubahan perilaku seseorang. Hasil penelitian (Azizah, 2016) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara cuci tangan dengan memakai sabun dan tidak memakai sabun.

(Natsir, 2018) mengatakan bahwa terdapat perbedaan pengetahuan pada responden antara sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan

kesehatan tentang PHBS. Pentingnya mencuci tangan dengan menggunakan sabun dengan langkah yang benar didukung oleh WHO. Jika masyarakat sadar akan pentingnya cuci tangan dengan menggunakan sabun, maka angka kejadian diare akan berkurang sebesar 45%. Data WHO bahwa cuci tangan dengan menggunakan sabun menurunkan angka kasis Infeksi Saluran Pernapasan Atas hingga 50% (Mustikawati, 2017).

(Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018) menunjukkan bahwa prevalensi diare menurut propinsi pada tahun 2013-2018 meningkat 5% - 7% setiap tahunnya. Berdasarkan profil kesehatan 2017 bahwa kejadian KLB diare pada tahun 2012-2017 masih cukup tinggi yaitu 1%. Menurut data (Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2018) bahwa pengetahuan dan perilaku cuci tangan masyarakat Indonesia masih rendah dan baru 17% anak sekolah yang melakukan cuci tangan dengan benar dengan menggunakan sabun. Data (Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), 2013) bahwa kesehatan dipengaruhi oleh perilaku yang mendukung kebersihan. Akibat kurangnya perhatian terhadap masalah kebersihan, maka banyak penyakit yang muncul, diantaranya diare, kecacingan, demam berdarah, maupun muntaber. Hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang harus ditanamkan sejak dini dan dijadikan suatu pembiasaan guna tercapainya derajat kesehatan yang optimal pada tatanan kehidupan masyarakat.

Kegiatan program PHBS dalam peningkatan derajat kesehatan salah satunya adalah kegiatan cuci tangan dengan sabun. Mencuci tangan dengan sabun merupakan suatu kegiatan yang sangat mudah dan memberikan manfaat yang besar terhadap kesehatan. Promosi kesehatan terkait cuci tangan masih sangat perlu digalakkan khususnya pada anak usia sekolah. Menurut penelitian WHO bahwa mencuci tangan dengan memakai sabun akan menurunkan risiko diare hingga 50%. Setiawan, 2014 menyatakan bahwa PHBS apabila dipraktikkan dengan benar akan mencegah terjangkitnya ISPA, cacingan, flu, hepatitis.

5. KESIMPULAN

Penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada anak usia sekolah ini mendapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan anak sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan. Setelah kegiatan penyuluhan kesehatan ini diharapkan anak dapat mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pelaksanaan PHBS, perlu dukungan dan pantauan orang tua. Demikian juga ketika di sekolah, perlu adanya dukungan dan pantauan dari guru di sekolah. Hal ini diperlukan supaya anak bisa mempraktekkan PHBS khususnya mencuci tangan dengan cara yang benar dalam kehidupan sehari-hari.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, E. (2016). Perbedaan Cuci Tangan Pakai Sabun Sebelum Dan Sesudah Diberikan Demonstrasi Pada Anak Kelas V Sd Di SDN Pagu I Kecamatan Pagu. *Science Midwifery*, 2(1), 28-33.
- Departemen Kesehatan RI. (2015). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Hitchcock, J.E, Schubert, P.E., Thomas, S. A. (1999). *Community health nursing: Caring in action*. USA: Delmar Publisher.
- Kemenkes. (2016). *Perilaku hidup bersih dan sehat*. Jakarta: Pusat Promosi

- Kesehatan dan pemberdayaan masyarakat.
- Maglaya. (2009). *Family Health Nursing: The Proses*. Philipina: Argonauta Corpotaion: Nangka Marikina.
- Mochamad Setyo Pamono, & A. P. (2011). *Peningkatan Pengetahuan Anak-Anak Tentang PHBS Dan Penyakit Menular Melalui Teknik Kie Berupa Permainan Elektronik*. Pusat Humoniora, Kebijakan Kesehatan Dan Pemberdayaan Masyarakat BalitbangkesKementerian Kesehatan RI.
- Mustikawati, I. (2017). *Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Studi Kualitatif pada Ibu-Ibu di Kampung Nelayan Muara Angke Jakarta Utara*.
- Natsir, M. F. (2018). Pengaruh penyuluhan ctps terhadap peningkatan pengetahuan siswa sdn 169 bonto parang desa barana. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*. Retrieved from <http://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/%0Aarticle/view/5977%0A>
- Notoatmodjo S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ponidjan, T. (2013). *HUBUNGAN ANTARA PERILAKU CUCI TANGAN PAKAI SABUN DENGAN TERJADINYA DIARE PADA ANAK USIA SEKOLAH DI SD GMIM DUA KECAMATANTARERAN. 1*.
- Purnama, D. (2017). *Peningkatan Literasi Informasi Penyakit HIV-AIDS pada Siswa Sekolah Pendahuluan HIV / AIDS merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh infeksi virus Human Immunodeficiency Virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh . Infeksi tersebut menyebabkan pend. 1(1), 69-78*.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2013). *No Title*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). (2018). *R*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Serri Hutahaean, N. V. A. (2021). *UPAYA PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK USIA SEKOLAH. Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia, 4(2), 398-404*. Retrieved from <https://journal.untar.ac.id/index.php/baktimas/article/view/12536>
- Utomo, A. M. dkk. (2019). Hubungan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) Dengan Kejadian Diare Anak Usia Sekolah Di Sdn 02 Pelemsengir Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. *Jurnal Keperawatan, 6(1), 1-10*.
- Wokas. (2018). Gambaran perilaku hidup sehat disekolah dasar Negeri Gumpang 01 kertasura sukoharjo. *Jurnal Abdimas, 1-5*.