

INFORMASI ARTIKEL

Received: January, 30, 2023

Revised: October, 11, 2023

Available online: October, 13, 2023

at : <https://e-jurnal.ipphorr.com/index.php/phc>

Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan pakai sabun

Ratna Susanti*, Ferli Randani, Liza Ayu Pratiwi

Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Ratna Susanti. * Email: ratenahsusanti@malahayati.ac.id

Abstract

Introduction: The problem of health behavior in school-age children is certainly related to personal hygiene and the environment. One of the health problems is the lack of awareness in washing hands using soap.

Purpose: The purpose of this activity is so that students can realize the importance of cleanliness and be able to get used to having clean and healthy living behavior, one of which is by getting used to washing hands using soap in a good and correct way after completing activities inside and outside the room.

Method: The method used in this outreach activity is carried out in several stages. The first stage, students from the PSIK study program explained about the material for clean and healthy living behavior through washing hands with soap using leaflets and the second stage, after being given counseling students (respondents) were given a question and answer session related to the material that had been delivered by the presenters.

Results: Respondents (students) can understand and apply clean and healthy living behavior through washing hands with soap.

Conclusion: Respondents (students) can understand and practice clean and healthy living behavior through washing hands with soap in a good and right way after doing or before doing activities.

Keywords: Education; PHBS; School Age Children; Washing Hands with Soap.

Pendahuluan: Permasalahan perilaku kesehatan pada anak usia sekolah tentunya berkaitan dengan kebersihan perorangan serta lingkungannya. Salah satu masalah kesehatannya yaitu kurangnya kesadaran dalam melakukan tindakan cuci tangan menggunakan sabun.

Tujuan: Dilakukannya kegiatan ini agar siswa-siswi dapat menyadari pentingnya kebersihan dan mampu membiasakan diri untuk berperilaku hidup bersih dan sehat salah satunya dengan terbiasa mencuci tangan menggunakan sabun dengan cara yang baik dan benar setelah selesai melakukan kegiatan didalam maupun diluar ruangan.

Metode: Metode yang dilakukan dalam kegiatan penyuluhan ini dilakukan dengan beberapa tahapan. Tahap yang pertama, mahasiswa dari prodi PSIK menjelaskan tentang materi perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan dengan sabun menggunakan lembar leaflet dan tahap kedua, setelah diberikan penyuluhan siswa (responden) diberikan sesi tanya jawab terkait materi yang telah disampaikan oleh pemateri.

Hasil: Responden (Siswa-siswi) bisa memahami serta menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan dengan sabun.

Simpulan: Responden (Siswa-siswi) dapat mengerti dan mempraktikan terkait perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan dengan sabun dengan cara yang baik dan benar setelah melakukan ataupun sebelum melakukan kegiatan.

Kata Kunci: Anak Usia Sekolah; Mencuci Tangan dengan Sabun; Penyuluhan; PHBS.

Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan pakai sabun

PENDAHULUAN

Cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu perilaku hidup sehat dan bersih (PHBS) yang saat ini menjadi perhatian dunia karena permasalahan praktik perilaku cuci tangan yang buruk tidak hanya terjadi di negara berkembang tetapi juga di negara maju di mana sebagian besar masyarakatnya masih lupa untuk mencuci tangan. Akibatnya angka kejadian diare masih tinggi di negara-negara seperti Indonesia. Oleh karena itu, pada tanggal 15 Oktober 2008, persatuan bangsa-bangsa menetapkan hari ini sebagai hari cuci tangan pakai sabun sedunia yang berfokus pada anak sekolah sebagai "agen perubahan" (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014).

Cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun untuk menjadi bersih serta dapat mencegah teradanya penyakit. Cuci tangan pakai sabun merupakan cara mudah dan tidak perlu biaya mahal. Karena itu, membiasakan CTPS sama dengan mengajar anak-anak dan seluruh keluarga hidup sehat sejak dini. Anak usia sekolah pada umumnya belum paham betul akan kebersihan bagi tubuhnya, anak usia sekolah bila jam istirahat tiba, mereka bermain dan makan sehingga lupa untuk mencuci tangan. Perilaku cuci tangan pakai sabun yang tidak benar masih banyak ditemukan pada anak usia sepuluh tahun kebawah. Karena anak pada usia-usia tersebut sangat aktif dan rentan terhadap penyakit, maka dibutuhkan kesadaran dari mereka bahwa pentingnya perilaku sehat cuci tangan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Perilaku seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti pengetahuan, sikap, dan tindakan (Priyono, 2015; Singh, Potlia, Malhotra, Dubey, & Chauhan, 2020).

Dampak yang terjadi tidak mencuci tangan dengan sabun adalah penyebaran penyakit menular seperti diare, infeksi saluran pernafasan atas (ISPA) dan flu burung, bahkan disarankan untuk mencegah penularan influenza. Pada umumnya, orang sudah melakukan cuci tangan setiap hari, akan tetapi belum melakukan cuci tangan yang benar, dalam artian cara melakukan cuci tangan maupun kapan harus cuci tangan belum maksimal. Padahal perilaku cuci tangan yang benar dan dilakukan sehari-hari mempunyai dampak positif yang besar terutama dalam pencegahan penyakit. Kebiasaan tidak cuci (sebelum menyiapkan makanan, sebelum makan, setelah buang air besar, setelah dari sawah/kebun/setelah

anakanak bermain dengan tanah) dan atau cuci tangan yang tidak benar (cuci tangan dengan air dalam kobokan yang biasanya dipakai beramai ramai, cuci tangan saja tanpa memakai sabun), ternyata dapat menyebabkan penularan penyakit, terutama penyakit yang ditularkan melalui air dan lingkungan (Maryuni, 2013; Suprpto, Hayati, Nurbaiti, Anggraeni, Haritsatama, Sadida, & Pratama, 2020).

Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Proverawati dan Rahmawati, 2012). Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis, karena pada usia tersebut seorang anak rentan terhadap masalah kesehatan. Selain rentan terhadap masalah kesehatan, anak usi sekolah juga berada pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik, termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih sehat. Pada umumnya, anak-anak seusia ini juga memiliki sifat selalu ingin menyampaikan apa yang diterima dan diketahuinya dari orang lain (Anugerah, Yulianti, & Juariah, 2019).

Cuci tangan yang baik dan benar 6 langkah WHO ialah menggunakan air bersih yang mengalir dan memakai sabun. Kegiatan cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu indikator PHBS di lingkungan sekolah. Permasalahan perilaku kesehatan pada anak usia sekolah tentunya berkaitan dengan masalah kebersihan perorangan serta lingkungannya. Salah satu permasalahan yang terjadi karena kurangnya kesadaran terhadap cuci tangan pakai sabun adalah masalah penyakit diare. Di dunia sebanyak 6 juta anak meninggal setiap tahunnya karena masalah diare, sebagaimana kematian tersebut terjadi di negara berkembang. Dan di perkirakan sekitar lebih dari 10 juta anak berusia kurang dari 5 tahun meninggal setiap tahunnya, sekitar 20% meninggal karena infeksi diare (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011).

Persepsi dan perilaku pada kebiasaan mencuci tangan menemukan bahwa sabun telah sampai ke hampir setiap rumah di Indonesia namun perkiraan sekitar 3% yang menggunakan sabun untuk cuci

Ratna Susanti*, Ferli Randani, Liza Ayu Pratiwi

Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Ratna Susanti. * Email: ratenahsusanti@malahayati.ac.id

Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan pakai sabun

tangan teruatom didesa angkanya bisa lebih rendah lagi. Mencuci tangan pakai sabun tentunya dapat menurunkan resiko timbulnya masalah diare hingga 50% (World Health Organization, 2013).

Anak usia sekolah ialah kelompok usia yang sangat kritis karena pada usia tersebut seorang anak rentang terhadap masalah kesehatan. Anak usia sekolah juga berada pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibbing, diarahkan dan juga ditanamkan kebiasaan-kebiasan yang baik, termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat. Pada umumnya anak-anak seusia ini tentunya memiliki sifat yang ingin slalu menyampaikan apa yang diterima serta diketahuinya dari orang lain (Sabri, & Nurdin, 2012; Anugerah, Yulianti, & Juariah, 2019).

Perilaku mencuci tangan ialah salah satu cara untuk menghilangkan kuman dan untuk menghindari penularan penyakit. Di sekolah, anak tidak hanya belajar, tetapi banyak kegiatan lain seperti bermain, bersentuhan, ataupun bertukar barang-barang antara teman yang satu dengan lainnya. Kuman yang terdapat di alat tulis, buku, dan benda lain tentu akan mudah berpindah dari tangan satu anak ke anak lainnya, sehingga penyakit akan mudah menular dengan sangat cepat. Jadi, tindakan dan perilaku mencuci tangan harus dilatih sejak dini pada anak agar memiliki kebiasaan mencuci tangan, sehingga anak terhindar dari penyakit (Djauzi, 2017).

Langkah kongkrit dari usaha ini adalah berupa penyuluhan atau pemberian informasi pengetahuan (transfer of knowledge), pembiasaan yang baik (good habit) sejak dini disertai pendampingan atau praktik langsung dengan video pembelajaran. Langkah ini adalah sebuah keniscayaan guna menghadang agar kuman, penyakit, dan virus tak makin meluas. Pendidikan kesehatan cuci tangan dengan sabun sangat penting dan bermanfaat bagi anak-anak karena membantu merangsang otak anak untuk mengingat penting nya menjaga kebersihan tangan dengan cuci tangan pakai sabun dalam melalui harinya seperti mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, mencuci tangan sebelum dan sesudah BAB / BAK (American Academy of Pediatrics, 2019).

Penyuluhan dengan media ceramah dan poster dapat meningkatkan perilaku. Hal ini sependapat dengan pendekatan green bahwa dengan pendekatan edukasional dapat merubah perilaku seseorang termasuk pengetahuan, dimana intervensi yang diberikan merupakan proses pendidikan kesehatan untuk merubah perilaku. Setelah

seseorang mengetahui objek atau stimulus, proses selanjutnya adalah bersikap dan berperilaku terhadap stimulus atau objek tersebut (Hulu, Pane, Tasnim, Zuhriyatun, Munthe, Hadi, & Mustar, 2020).

Berdasarkan wawancara yang telah dilakukan oleh Kepala Sekolah SD Negeri 1 Srengsem Bandar Lampung didapatkan masalah bahwa disekolahnya masih kurangnya kegiatan pendidikan kesehatan tentang mencuci tangan dan belum ada penyuluhan kesehatan tentang pentingnya cuci tangan menggunakan sabun dengan baik dan benar dari petugas kesehatan. Sehingga siswa-siswa di SDN 1 Srengsem Bandar Lampung tersebut masih kurang menerapkan terkait perilaku hidup bersih dan sehat seperti mencuci tangan dengan sabun.

METODE

Penyuluhan kesehatan kepada anak usia sekolah ini dilaksanakan pada tanggal 29 Juli 2022 di SD Negeri 1 Srengsem Bandar Lampung pada pukul 09.00 – 11.00 WIB. Sasaran dari kegiatan ini adalah siswa-siswi SD tersebut. Metode yang digunakan pada kegiatan ini adalah: (1) Metode ceramah pengetahuan mengenai PHBS yang dikombinasi dengan media poster yang berisi gambar-gambar mengenai langkah cuci tangan menurut WHO. Dengan adanya poster ini dapat ditempelkan di mading sekolah. (2) Simulasi protokol kesehatan berupa cara cuci tangan menurut langkah WHO (3) Pemberian Souvenir sabun cuci tangan, *hand sanitizer* yang dibutuhkan sekolah. Serta member bingkisan untuk murid-murid yang telah mengikuti kegiatan.

Persiapan

Mempersiapkan materi atau alat yang berkaitan dengan penyuluhan kesehatan yang akan disiapkan mulai dari menyiapkan materi, SAP dan leaflet tentang Perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun.

Pelaksanaan

Pemberian Pendidikan kesehatan ini menggunakan leaflet. Ada 3 tahap dalam penyuluhan kesehatan yang dilakukan, yang pertama mahasiswa program studi ilmu keperawatan (PSIK) menyebarkan leaflet tentang Perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun kepada siswa-siswi, yang kedua penyaji mahasiswa program studi ilmu keperawatan (PSIK) menjelaskan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat melalui

Ratna Susanti*, Ferli Randani, Liza Ayu Pratiwi

Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Ratna Susanti. * Email: ratenahsusanti@malahayati.ac.id

Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan pakai sabun

kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun menggunakan leaflet dan yang ketiga mahasiswa program studi ilmu keperawatan (PSIK) melakukan sesi tanya jawab tentang materi Perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun.

Evaluasi

Saat dilakukan evaluasi terkhususnya pada siswa-sisi SD Negeri 1 Srengsem sudah mengetahui tentang materi Perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun. Penyuluhan kesehatan ini dapat memberikan

manfaat agar menambah pengalaman, pengetahuan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun.

HASIL

Hasil dari kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilakukan pada siswa-siswi SDN 1 Srengsem yaitu dengan kegiatan: Kegiatan Penyuluhan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun, Tanggal: 29 Juli 2022, Tempat: Di SDN 1 Srengsem Bandar Lampung.



Gambar 1. Siswa dan Siswi mendemonstrasikan gerakan cuci tangan 6 langkah WHO.



Gambar 2 Pemberian leaflet kepada siswa siswi

Ratna Susanti*, Ferli Randani, Liza Ayu Pratiwi

Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Ratna Susanti. * Email: ratenahsusanti@malahayati.ac.id

Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan pakai sabun



Gambar 3. Siswa dan siswi aktif mendengarkan penyuluhan kesehatan

Kegiatan dokumentasi bersama salah satu siswa yang mendapat dorprize terkait sesi tanya jawab tentang materi penyuluhan Penyuluhan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun, Tanggal: 29 Juli 2022, Tempat: Di SDN 1 Srengsem Bandar Lampung.



Gambar 4. Pemberian dorprize terkait sesi tanya jawab tentang materi penyuluhan



Gambar 5. Kegiatan dokumentasi bersama Guru dan Siswa-siswi SDN 1 Srengsem Bandar Lampung, Tanggal: 29 Juli 2022, Tempat: SDN 1 Srengsem Bandar Lampung.

Ratna Susanti*, Ferli Randani, Liza Ayu Pratiwi

Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Ratna Susanti. * Email: ratenahsusanti@malahayati.ac.id

Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan pakai sabun

PEMBAHASAN

Dalam undang-undang nomor 23 tahun 1992 tentang kesehatan ditetapkan bahwa kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Dari kegiatan yang kami lakukan kami memilih untuk melakukan penyuluhan PHBS yaitu 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar bagi siswa-siswi karna sangat berguna bagi mereka yang masih belum tau dan paham bahwa mencuci tangan sangat bermanfaat bagi kesehatan. Kegiatan penyuluhan ini merupakan salah satu kegiatan program kerja kelompok 6 di kelurahan Srengsem kecamatan Panjang. Kegiatan ini dilaksanakan SDN 1 Kelurahan Srengsem Kecamatan Panjang Bandar Lampung. Subjek dari kegiatan yaitu siswa-siswi kelas 1 yang terdiri dari tiga kelas yaitu kelas a, b, dan kelas c yang total keseluruhan kelas berjumlah 85 orang.

Saat melakukan kegiatan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar anak-anak sangat antusias dalam kegiatan ini. Mereka mengikuti setiap langkah-langkah cuci tangan yang baik dan benar, sampai saat disuruh kedepan mereka semua mengangkat tangan untuk maju kedepan mempraktekan 6 langkah cuci tangan yang benar didepan sesuai yang sudah diajarkan oleh kami, mereka dapat mengikuti kami karna metode yang kami ajarkan adalah belajar sambil bermain serta diikuti dengan gerakan dan musik sebagai penyemangat kegiatan penyuluhan yang kami lakukan agar siswa-siswi SDN 1 Srengsem itu tidak merasakan bosan melakukan kegiatan penyuluhan tersebut. Bermain yang kami maksud disini acara tambahan yang kami selingi di sela-sela acara kegiatan penyuluhan dengan gerakan yang lucu dan musik yang menarik perhatian anak-anak tersebut, sehingga mereka semua sangat menyukai dan dapat mengikuti acara kegiatan ini dengan baik dan kami harapkan bisa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari agar menjauhkan dan menghindari diri mereka untuk terserang penyakit seperti sakit perut karena diare, dan lain sebagainya.

SIMPULAN

Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat melalui cuci tangan dengan sabun pada dapat bermanfaat bagi siswa-siswi SDN 1 Srengsem. Dengan adanya kegiatan penyuluhan ini, siswa-siswi semakin menyadari tentang pentingnya pencegahan penyakit dengan mencuci tangan dengan sabun.

Terdapat peningkatan pengetahuan siswa-siswi SDN 1 Srengsem tentang perilaku hidup bersih dan sehat melalui mencuci tangan dengan sabun secara baik dan benar setelah diberikan penyuluhan. Hal ini tergambar dari peningkatan persentase pengetahuan siswa-siswi SDN 1 Srengsem. Peningkatan ini menunjukkan bahwa penyuluhan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa-siswi dalam berperilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- American Academy of Pediatrics. (2019). *Managing Infectious Disease in Child Care and School: A Quick Reference Guide* (5th ed.). American Academy of Pediatrics.
- Anugerah, M. F., Yulianti, W., & Juariah, S. (2019). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun di SDN 128 Pekanbaru Kelurahan Rantau Panjang Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 3(1), 29-35.
- Djauzi, S. (2017). *Raih kembali kesehatan*. Penerbit Buku Kompas.
- Hulu, V. T., Pane, H. W., Tasnim, T., Zuhriyatun, F., Munthe, S. A., Hadi, S., & Mustar, M. (2020). Promosi kesehatan masyarakat, Yayasan Kita Menulis.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 3 tahun 2014 tentang Sanitasi Total Berbasis Masyarakat*, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), Perilaku Sederhana yang Berdampak Luar Biasa*, Jakarta.
- Maryunani, A. (2013). Perilaku hidup bersih dan sehat. *Jakarta: Trans info media*, 12(125), 20-37.
- Priyono, E. (2015). *Meningkatkan Kebiasaan Mencuci Tangan Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Penerapan Alat Bantu Media Audio Visual Dalam Kegiatan Pembelajaran Pendidikan Kesehatan* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).

Ratna Susanti*, Ferli Randani, Liza Ayu Pratiwi

Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Ratna Susanti. * Email: ratenahsusanti@malahayati.ac.id

Penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan pakai sabun

Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2012). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha Medika, 2-105.

Sabri, R., & Nurdin, Y. (2012). Hubungan Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa SDN 13 Seberang Padang Utara. NERS Jurnal Keperawatan, 8(2), 196-201.

Singh, P., Potlia, I., Malhotra, S., Dubey, H., & Chauhan, H. (2020). Hand Sanitizer an Alternative to Hand Washing—A Review of Literature.

Journals.Sagepub.Com, 11(2), 137–142 diakses dari: <https://doi.org/10.1177/2320206820939403>

Suprpto, R., Hayati, M., Nurbaity, S., Anggraeni, F., Haritsatama, S., Sadida, T. Q., & Pratama, F. A. (2020). Pembiasaan cuci tangan yang baik dan benar pada siswa taman kanak-kanak (TK) di Semarang. Jurnal Surya Masyarakat, 2(2), 139-145.

World Health Organization. (2013) 'Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020.', World Health Organization. doi: 978 92 4 1506236.

Ratna Susanti*, Ferli Randani, Liza Ayu Pratiwi

Universitas Malahayati

Korespondensi penulis: Ratna Susanti. * Email: ratenahsusanti@malahayati.ac.id