



Edukasi Cuci Tangan Untuk Meningkatkan PHBS Pada Siswa SDN 9 Kelapa Kabupaten Bangka Barat

Elsa Dwi Yuliana¹⁾, Arnika Dwi Asti^{2*)}, Irmawan Andri Nugroho³⁾

^{1,2,3} Department of Nursing, Universitas Muhammadiyah Gombong, Indonesia

Correspondence author: Arnika Dwi Asti

Email: arnikadwiasti@unimugo.ac.id

Address : Jl. Yos Sudarso No. 461 Gombong Kebumen, Central Java, 54412, Indonesia, Telp. 082135956956

Submitted: 31 Januari 2025, Revised: 5 Februari 2025, Accepted: 10 Februari 2025, Published: 20 Februari 2025

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i1.467



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Clean and healthy living behavior (PHBS) in the school environment is a set of behaviors that are practiced by students, teachers, and the school environment community as a learning outcome. The problems that arise in Kelapa 9 Public Elementary School show that students do not practice PHBS habits, such as rarely washing hands with soap and running water, rarely using healthy latrines, rarely disposing of trash in its place resulting in several cases of diseases such as diarrhea, DHF, intestinal worms, typhoid, and ulcer.

Objective: The purpose of this service was to provide knowledge and understanding of PHBS to school children. In this case the students of SDN 9 Kelapa, West Bangka can practice it in their daily lives.

Method: This public service was conducted by counseling with material on clean and healthy living behaviour and watching the 6 correct steps to wash your hands

Result: After conducting counseling and practicing hand washing, the results were: 22 students (100%) were able to rub their hands by bringing their palms together in the good category; 22 students (100%) could rub the palm of their hand against the back of their hand in the good category; 20 students (96%) were able to practice both palms together and fingers intertwined in the good category and 2 students (4%) did it in the sufficient category; 17 students (90%) could place the back of their fingers on the palm with the fingers locked in the good category, 4 students (8%) did it in the sufficient category and 1 student (2%) was in the poor category; 16 students (88%) performed rubbing and rotating the right thumb in the good category, 4 students (8%) in the sufficient category and 2 students (4%) in the poor category; 22 students (100%) could place the five fingers of the left hand on the palm of the right hand, rotate it forward and backward in the good category

Conclusion: Hand washing education and practice can increase knowledge and understanding about clean and healthy living (PHBS) among SDN 9 Kelapa school students.

Keywords: Counseling, PHBS, School Age, Children

Latar Belakang

Hidup sehat merupakan harapan bagi semua orang. Upaya mencapai derajat kesehatan yang baik ditentukan oleh pola perilaku dan lingkungan yang ada. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), melibatkan banyak tempat aktivitas sehari-hari seperti rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan dan tempat umum. Sesuai dengan definisinya, PHBS merupakan upaya yang dilakukan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat agar dapat menjalankan hidup bersih dan sehat. Penerapan PHBS di masyarakat akan menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup. Membangun perilaku dilakukan dalam kurun waktu yang lama, maka dari itu program PHBS perlu dikenalkan sejak dini kepada masyarakat (Nugraheni dan Indarjo, 2018).

Di instansi pendidikan (kampus, sekolah, pesantren, seminari, padepokan dan lain-lain), sasaran primer harus mempratekkan perilaku yang dapat menciptakan institusi pendidikan yang ber-PHBS, yang mencakup antara lain mencuci tangan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah di tempat sampah, tidak merokok, tidak mengonsumsi narkoba, alkohol, psikotropika dan zat Adiktif lainnya (NAPZA), tidak meludah sembarang tempat, memberantas jentik nyamuk dan lain-lain (Kemenkes RI, 2011).

PHBS perlu dikenalkan sejak dini agar dapat diteruskan dan menjadi dasar pengetahuan anak yang dibawa hingga dewasa. Anak-anak yang berada sekolah dasar masih tergolong sangat muda sehingga diperlukan bantuan orang-orang pada lingkungan terdekatnya baik orang tua, guru maupun masyarakat disekitarnya. Anak sekolah adalah generasi penerus bangsa yang kelak akan mewujudkan cita-cita negara maka dipandang perlu untuk dijaga, dilindungi, dan ditingkatkan kesehatannya (Anggraeni et al., 2022)

Penerapan PHBS di sekolah oleh peserta didik di lingkungan sekolah adalah upaya untuk membentuk mereka dalam memiliki kemampuan dan kemandirian mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Memberikan pendidikan anak di sekolah merupakan salah satu cara yang sangat efektif untuk meningkatkan perilaku atau kebiasaan hidup bersih dan sehat pada anak serta menyediakan sarana prasarana yang menunjang indikator PHBS dan implementasi PHBS yang baik sekolah (Naheria et al., 2022).

Edukasi terkait dengan PHBS sangat penting untuk diberikan agar dapat mengubah perilaku seseorang untuk menjalani kehidupan dengan bersih dan sehat sehingga akan terhindar dari berbagai penyakit menular maupun tidak menular. Informasi pengetahuan diberikan sejak dini akan membantu seseorang pada saat dewasa untuk senantiasa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (Anggraeni, et al., 2022).

Permasalahan yang terjadi pada SD N 9 Kelapa Kabupaten Bangka Barat yaitu masih kurangnya pengetahuan siswa mengenai PHBS sehingga kesadaran diri siswa untuk melakukan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat masih kurang. Mereka juga memiliki kebiasaan makan atau jajan tanpa melakukan cuci tangan terlebih dahulu.

Oleh karena itu maka perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat agar bisa memberikan pemahaman kepada siswa tentang manfaat yang bisa diperoleh dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat terutama melakukan cuci tangan sebelum makan. Siswa perlu mengetahui dan menerapkan 6 langkah benar cuci tangan agar pola perilaku PHBS terwujud dengan baik.

Tujuan

Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai PHBS dan meningkatkan kemampuan melakukan cuci tangan dengan 6 langkah yang baik dan benar.

Metode

Kegiatan tahap 1 diawali dengan persiapan berupa survey awal terhadap PHBS siswa kelas 6 SD Negeri 9 Kelapa Kabupaten Bangka Barat. Dari hasil survey didapatkan data bahwa siswa jarang melakukan cuci tangan dengan sabun dan air mengalir, jarang menggunakan jamban sehat, jarang membuang sampah pada tempatnya sehingga terjadi beberapa kasus kejadian penyakit seperti diare, DBD, cacangan, typhoid, dan maag. Saat ditanya anak-anak mengatakan belum tahu mengenai 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Selanjutnya dilakukan persiapan pembuatan materi penyuluhan mengenai PHBS, video 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar, persiapan bahan habis pakai untuk praktek berupa sabun cuci tangan cair dan tissue.

Kegiatan tahap 2 adalah pelaksanaan. Tahap ini diawali dengan melakukan senam bersama di halaman sekolah SDN 9 Kelapa. Hal ini dilakukan untuk memahamkan siswa bahwa olah raga merupakan hal yang penting untuk dilakukan agar badan tetap sehat. Kegiatan kemudian dilanjutkan dengan bersih-bersih lingkungan sekolah bersama siswa kelas 1 sampai kelas 5. Kebersihan lingkungan merupakan bagian dari PHBS. Setelah itu kegiatan dilanjutkan dengan penyuluhan berupa edukasi mengenai PHBS, pemutaran video 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar, dilanjutkan dengan diskusi dan tanya jawab mengenai materi PHBS. Tahap selanjutnya adalah simulasi mengajarkan 6 langkah cara cuci tangan yang baik dan benar, kemudian bersama-sama melakukan praktek cuci tangan yang baik dan benar sesuai dengan 6 langkah cuci tangan. Semua anak mencoba secara bersama-sama dan untuk menilai kemampuan setiap anak mencoba satu persatu .

Kegiatan tahap 3 adalah evaluasi kegiatan. Peningkatan pengetahuan anak mengenai PHBS diukur dengan sistem tanya jawab secara langsung sementara kemampuan melakukan cuci tangan diukur dengan menggunakan lembar observasi kemampuan melakukan 6 benar langkah cuci tangan. Observasi dilakukan dengan melihat kemampuan anak satu persatu dalam melakukan praktek cuci tangan yang baik sesuai 6 langkah cuci tangan.

Hasil

Kegiatan penyuluhan diikuti oleh 22 orang siswa kelas 6. Materi penyuluhan yang disampaikan antara lain mengenai mencuci tangan dengan sabun sebelum dan

sesudah makan, mengkonsumsi jajanan yang sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok, dan membuang sampah pada tempatnya. Selanjutnya dilakukan pemutaran video 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar, dilanjutkan dengan sesi diskusi dan tanya jawab. Dalam sesi tanya jawab diberikan hadiah doorprize bagi mereka yang mampu menjawab dengan baik. Sebanyak 100 % siswa mampu menjawab pertanyaan dengan benar. Siswa kemudian diajari cara mencuci tangan yang baik menggunakan sabun dengan 6 langkah benar cuci tangan dan melakukan praktek bersama di halaman sekolah.



Gambar 1. Kegiatan praktek dengan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar Berdasarkan hasil observasi kemampuan melakukan 6 langkah cuci tangan didapatkan hasil sebagai berikut :

| Kategori | Menggosok mempertemukan 2 telapak tangan | Menggosok punggung tangan | Telapak tangan mengatup dan jari terjaling | Meletakkan bagian belakang jari ke telapak tangan dengan jari terkunci | Gosok dan putar ibu jaritangan kanandan sebaliknya | Letakkan kelima ujung jari tangan diatas telapaktangan yang lain lalu putar maju mundur |
|----------|--|---------------------------|--|--|--|---|
| Baik | 22 (100%) | 22 (100%) | 20 (96%) | 17 (90%) | 16 (88%) | 22 (100%) |
| Cukup | 0 | 0 | 2 (4%) | 4 (8 %) | 4 (8%) | 0 |
| Kurang | 0 | 0 | 0 | 1 (2%) | 2 (4%) | 0 |
| Total | 22 (100%) | 22 (100%) | 22 (100%) | 22 (100%) | 22 (100%) | 22 (100%) |

Sebelum dilakukan penyuluhan sebanyak 22 anak (100 %) belum tahu mengenai 6 langkah cuci tangan yang benar. Setelah dilakukan penyuluhan dan praktek cuci tangan didapatkan hasil : 22 siswa (100%) dapat melakukan menggosok tangan dengan mempertemukan kedua telapak tangan dengan kategori baik; 22 siswa (100%) dapat menggosok telapak tangan ke punggung tangan dengan kategori baik; 20 siswa (96%) dapat mempraktikkan kedua telapak tangan mengatup dan jari terjaling dengan kategori baik dan 2 siswa (4%) melakukan dengan kategori cukup; 17 siswa (90%) dapat meletakkan

bagian belakang jari ketelapak tangan dengan jari terkunci dengan kategori baik, 4 siswa (8%) melakukan dengan kategori cukup dan 1 siswa (2%) dalam kategori kurang; 16 siswa (88%) melakukan cara gosok dan putar ibu jari tangan kanan dengan kategori baik, 4 siswa (8%) dalam kategori cukup dan 2 siswa (4%) dalam kategori kurang; 22 siswa (100%) bisa meletakkan kelima jari tangan kiri diatas telapak tangan kanan, putar maju dan mundur dengan kategori baik. Siswa yang mendapat penilaian cukup dan kurang beralasan tidak memperhatikan saat penjelasan, tidak memahami tetapi malu bertanya dan asyik main sendiri sehingga tidak mengerti.

Diskusi

Edukasi tentang PHBS sangat tepat dilakukan pada anak usia sekolah karena mereka sangat peka terhadap stimulus yang diberikan. Sehingga anak usia sekolah lebih mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, peran guru, orang tua, tenaga kesehatan, komite dan masyarakat sangat penting untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar. Berdasarkan hal tersebut terlihat bahwa edukasi yang diberikan memberikan hasil berupa peningkatan pengetahuan dan ketrampilan siswa dalam memahami PHBS dan melakukan cuci tangan dengan benar. Hal ini sejalan dengan kegiatan edukasi PHBS yang pernah dilakukan oleh Asti, dkk (2018) yang menunjukkan perubahan pola perilaku anak setelah mendapat penugasan pola hidup PHBS di SD N 2 Semanding yang ditunjukkan dengan 76 % siswa memotong kuku dengan baik, 96 % siswa melakukan sikat gigi di pagi hari, 70 % siswa memiliki kebersihan telinga baik dan 68 % siswa memiliki kebersihan rambut baik.

Kegiatan yang dilakukan oleh Naheria, dkk (2022) mengenai sosialisasi PHBS di SDN 016 Antasari Kota Samarinda juga menunjukkan hasil terdapat peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS sebanyak 21 %. Kegiatan yang dilakukan oleh Indrayani, dkk (2019) dengan mengajarkan senam cuci tangan pada anak pra sekolah di Kecamatan Puring juga menunjukkan hasil adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan anak untuk melakukan cuci tangan dengan baik dan benar. Kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh Salim, dkk (2021) di SD Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo mengenai edukasi PHBS pada anak kelas 1,2 dan 3 menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebanyak 57 %.

Penyuluhan PHBS yang dilakukan Kusuma, dkk (2023) pada anak kelas 5 dan 6 SDN Ngemplakrejo Kota Pasuruan sebanyak 45 orang menunjukkan hasil pada dimensi pengetahuan sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang cuci tangan 6 langkah dengan benar (62%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (67%), memilih jajanan sehat (56%) dan membuang sampah pada tempatnya (58%). Pada dimensi sikap sebagian besar responden memiliki sikap yang positif tentang cuci tangan 6 langkah dengan benar (78%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (71%), memilih jajanan sehat (73%) dan membuang sampah pada tempatnya (80%). Pada dimensi tindakan sebagian besar responden melakukan tindakan cuci tangan 6 langkah dengan benar (69%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (78%), memilih jajanan sehat (71%) dan membuang sampah pada tempatnya (73%). Hal ini sejalan dengan kegiatan yang dilakukan oleh Indrayani, dkk (2019) dengan mengajarkan senam cuci tangan menurut UNICEF pada anak usia pra

sekolah di Kecamatan Puring yang menunjukkan adanya peningkatan kemampuan dalam melakukan kegiatan cuci tangan.

Hasil kegiatan dari berbagai tempat menunjukkan bahwa edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mampu membangun gaya hidup sehat sejak dini dengan meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS.

Kesimpulan

Dari pembahasan diatas terlihat bahwa penyuluhan dan praktek cuci tangan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa sekolah SDN 9 Kelapa. Pengetahuan ini berguna sebagai dasar untuk membentuk kebiasaan yang positif, memelihara dan meningkatkan budaya hidup bersih dan sehat yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Ucapan Terima Kasih

1. LPPM Universitas Muhammadiyah Gombong
2. Panitia Kuliah Kerja Nyata Muhammadiyah Aisyiyah (KKN MAS)
3. LPPM Universitas Muhammadiyah Bangka Belitung

Daftar Pustaka

- Anggraeni, et.al. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Pengetahuan Murid Sekolah Dasar. Promotif : *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat, Vol 2, No 1, 2022.*
- Asti, Nurlaila, Ernawati, Setyaningsih. (2018). Meningkatkan Pengetahuan Dan Perilaku Kesehatan Anak Melalui Program Edukasi Berkelanjutan. *Proceeding of The 8th University Research Colloquium 2018: Bidang MIPA dan Kesehatan.* Konsorsium LPPM PTMA Wilayah Jawa Tengah.
- Kementrian Kesehatan RI (2011). Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta.
- Kusuma, Handayani, Nastiti, Puspitasari (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini di Pesisir Kota Pasuruan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol 6, No 9, 2023.*
- Indrayani, Mutoharoh, Asti (2019). Metode Senam Cuci Tangan Menurut UNICEF pada Anak Usia Pra Sekolah di Kecamatan Puring. *Proceeding of The 9th University Research Colloquium 2019 : Bidang MIPA dan Kesehatan.* Konsorsium LPPM PTMA Wilayah Jawa Tengah.
- Naheria, Et, Al (2022). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan Sistem Tiga Jempol Pada Siswa Sdn 016 Antasari Kota Samarinda. *NUSANTARA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol 2 No 2, Mei 2022.*

Nugraheni, H., & Indarjo, S. (2018). Buku Ajar Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah. Deepublish.

Raharjo, A.S., Indarjo, S. (2014) Antara Pengetahuan, Sikap, Dan Ketersediaan Fasilitas Di Sekolah Dalam Penerapan PHBS Membuang Sampah Pada Tempatnya (Studi di Sekolah Dasar Negeri Banjarsari 02 Kecamatan Gabus Kabupaten Pati. *Unnes Journal of Public Health Vol 3 No 1, 2014.*

Salim, Syairaji, Santoso, Pramono, Askar. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat, Vol.4 No. 1, Mei 2022, 19-24*