

ORIGINAL ARTICLE

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT MELAKUKAN KEBERSIHAN TANGAN 6 LANGKAH DENGAN BENAR DI SDN CEPAKA

Counseling on Clean and Healthy Living Behavior: Practicing the Six Steps of Proper Hand Hygiene at SDN Cepaka Tabanan

Lucia Ni Luh Yuniarti¹, I Ketut Sudiarta¹, Ni Luh Putu Mira Santana Sari¹, I Kadek Dwi Arta Saputra²

¹Program Studi Sarjana Keperawatan, Universitas Triatma Mulya, Badung, Bali, Indonesia

²Program Studi Sarjana Keselamatan Kesehatan Kerja, Universitas Triatma Mulya, Badung, Bali, Indonesia

*Korespondensi: luciayuniarti@gmail.com

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima: 28 Oktober 2024

Revisi: 4 November 2024

Disetujui: 14 November 2024

Kata Kunci:

Anak;

Cuci Tangan;

Perilaku.

ABSTRAK

Latar Belakang: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah. Salah satu indikator dari PHBS adalah mencuci tangan 6 langkah dengan benar dengan menggunakan sabun dan air mengalir. **Tujuan:** pengabdian ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk berperilaku bersih dan sehat dengan melakukan cuci tangan 6 langkah **Metode:** Pelaksanaan pengabdian menggunakan *Participatory Learning and Action*, bertempat di SDN Cepaka dengan jumlah peserta 54 orang siswa. Kegiatan berupa Penyuluhan tentang penerapan PHBS mencuci tangan yang benar; Demonstrasi mencuci tangan 6 langkah; Redemonstrasi mencuci tangan 6 langkah; Evaluasi **Hasil:** sebelum diberikan pengabdian masyarakat dilaporkan tingkat pengetahuan siswa sebagian besar (48%) rendah. Sedangkan, sebanyak 61% responden memiliki pengetahuan yang baik setelah diberikan penyuluhan kesehatan dan demonstrasi mencuci tangan 6 langkah. **Kesimpulan:** Penyuluhan kesehatan PHBS mencuci tangan 6 langkah dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan kemampuan siswa sekolah dasar.

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 28 October 2024

Revised: 4 November 2024

Accepted: 14 November 2024

Key Words:

Behaviour;

Children;

Handwash.

ABSTRACT

Background: Clean and Healthy Living Behavior (CHLB) in schools is an activity to empower students, teachers and the school community to want to adopt a healthy lifestyle to create a school. One indicator of PHBS is washing your hands in 6 steps properly using soap and running water. **Objective:** This service aims to increase knowledge and awareness of clean and healthy behavior by washing hands in 6 steps. **Method:** Implementation of the service uses Participatory Learning and Action, taking place at SDN Cepaka with a total of 54 students participating. Activities in the form of counseling on the correct implementation of PHBS on hand washing; 6 step hand washing demonstration; Re-demonstration of 6-step hand washing; Evaluation. **Results:** Before being given community service, it was reported that the knowledge level of most students (48%) was low. Meanwhile, as many as 61% of respondents had good knowledge after being given health education and a 6-step hand washing demonstration. **Conclusion:** PHBS health education on washing hands in 6 steps can help increase the knowledge and abilities of elementary school students.

LATAR BELAKANG

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat (Kementerian Kesehatan RI, 2011). PHBS dapat ditularkan melalui media komunikasi dalam bentuk informasi kesehatan yang edukatif untuk menambah pengetahuan, meningkatkan sikap serta PHBS (Yedilau, Angraini, Pratiwi, & Yanuarti, 2022). PHBS dapat dibentuk sejak usia dini dan usia anak sekolah karena anak lebih mudah terinfeksi penyakit.

Mencuci tangan pakai sabun merupakan indikator dari PHBS. Tangan yang kotor akan meningkatkan resiko mikroorganisme pathogen masuk kedalam tubuh karena menempel di tangan. Melalui cuci tangan dengan sabun bakteri atau kuman pathogen akan terbunuh (Paramata, 2022). Data menunjukkan 45% anak sekolah dan remaja tidak melakukan cuci tangan dengan benar (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Hasil analisis situasi di SDN Cepaka menunjukkan 18 dari 30 siswa memiliki pengetahuan yang kurang tentang PHBS cuci tangan 6 langkah. Pengetahuan yang kurang tentang PHBS beresiko meningkatkan kejadian penyakit (Sinanto & Djannah, 2020). Oleh karena itu, edukasi kepada siswa perlu dilakukan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan perubahan PHBS siswa. Salah satu strategi yang dapat dilakukan dalam untuk meningkatkan pengetahuan dan PHBS dengan cara memberikan penyuluhan. Penyuluhan dilakukan untuk memberikan informasi dengan menciptakan kondisi yang mempengaruhi perilaku individu (Santika, 2024).

TUJUAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran untuk berperilaku bersih dan sehat dengan melakukan cuci tangan 6 langkah pada anak.

METODE

Kegiatan dilaksanakan dengan metode *Participatory Learning and Action* di SDN Desa Cepaka, Kecamatan Kediri, Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali. Kegiatan dilakukan tanggal 26 Oktober 2024.

Tahap Perencanaan

Tahap perencanaan dimulai dari perencanaan, yaitu merencanakan kegiatan pengabdian Masyarakat yang didasarkan pada jurnal dan artikel, kemudian dilanjutkan

dengan perizinan ke pihak terkait, dan dilanjutkan dengan melakukan studi pendahuluan tentang kebiasaan cuci tangan anak sekolah di Desa Cepaka Kecamatan Kediri Kabupaten Tabanan.

Tahap Pelaksanaan

Diawali dengan kegiatan *pre-test* menggunakan pertanyaan lisan tentang kebersihan tangan. *Pre-test* dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan anak sebelum diberikan penyuluhan/edukasi tentang 6 langkah mencuci tangan. Kemudian dilanjutkan dengan penyuluhan tentang 6 langkah kebersihan tangan, menonton video, dilanjutkan dengan demonstrasi cara mencuci tangan yang benar oleh pelaksanaan kegiatan.

Tahap Evaluasi

Sesi terakhir dilakukan *post-test* melalui tanya jawab dengan pertanyaan lisan dari penyuluh kepada peserta sebagai bentuk umpan balik tentang materi 6 langkah mencuci tangan, melakukan redemonstrasi 6 langkah mencuci tangan oleh 3 anak sekolah.



Gambar 1. Galeri Kegiatan Pengabdian Masyarakat Penyuluhan PHBS Menuci Tangan 6 Langkah

HASIL

Kegiatan penyuluhan tentang 6 langkah mencuci tangan dimulai pengenalan dan menyampaikan maksud dan tujuan. Dilanjutkan dengan *pre-test*, edukasi, demonstrasi, dan *post-test*. Adapun hasil *pre-test* dan *post-test* tingkat pengetahuan ditunjukkan pada tabel dibawah ini.

Tabel 1. Tingkat pengetahuan Anak SD Sebelum dan Setelah diberikan Penyuluhan PHBS Dengan 6 Langkah Cuci Tangan (n= 54)

Tingkat Pengetahuan	Sebelum	Setelah
	F (%)	F (%)
Baik	12 (22%)	33 (61%)
Cukup	16 (30%)	18 (33%)
Rendah	26 (48%)	3 (6%)

Tabel 1 menggambarkan bahwa tingkat pengetahuan Anak SD sebelum diberikan penyuluhan kesehatan tentang PHBS dan 6 Langkah Cuci Tangan, didapatkan data tingkat pengetahuan anak SD dengan kategoryor baik sebanyak 12 orang (22,2%), kategoryor cukup sebanyak 16 orang (29,6%) dan sebanyak 26 orang dengan kategoryor rendah atau sebesar (48,3%). Sedangkan tingkat pengetahuan Anak SD sesudah diberikan penyuluhan kesehatan tentang PHBS dan 6 Langkah Cuci Tangan, didapatkan data tingkat pengetahuan anak SD dengan kategoryor baik sebanyak 33 orang (61%), kategoryor cukup sebanyak 18 orang (33%) dan sebanyak 3 orang dengan kategoryor rendah atau sebesar (6%).

PEMBAHASAN

Terdapat peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan penyuluhan PHBS cuci tangan 6 langkah pada siswa SDN Cepaka. Pengetahuan kesehatan dapat diperoleh melalui pengalaman langsung maupun tidak langsung serta pengetahuan diperoleh melalui pendidikan kesehatan (Bangun, Sinaga, Manurung, Asnawati, & Siregar, 2020). Pengetahuan kesehatan salah satunya tentang PHBS cuci tangan 6 langkah. Khususnya pada anak sekolah dapat diberikan sedini mungkin untuk membentuk perilaku kesehatan anak sejak dini (Kusumawardani & Saputri, 2020). Untuk itu, penanaman perilaku mencuci tangan disekolah menjadi kebutuhan pada anak (Diana, Susanti, & Irfan, 2014).

PHBS seperti mencuci tangan dengan sabun dapat meningkatkan kesadaran dalam pemeliharaan kesehatan dan menumbuhkan rasa pentingnya melakukan PHBS (Susantiningasih, Yuliyanti, Simanjuntak, & Arfiyanti, 2018). Selain itu, edukasi tentang kebersihan tangan memiliki pengaruh terhadap kemandirian anak (Romadonika, Safitri, Syamdarniati, & Safitri, 2023). Berdasarkan pengamatan yang dilaksanakan di SDN

Cepaka yang ada terlihat bahwa siswa-siswi di sekolah mempunyai kebiasaan tidak patuh dan kurang memperhatikan cuci tangan. Perlu disadari bahwa mencuci tangan menjadi teknik dasar dalam pencegahan penyakit infeksius (Lamria & Lumbantoruan, 2021). Membiasakan anak mencuci tangan sejak dini akan mengajarkan pentingnya kebersihan diri dan lingkungan. Jika dilakukan secara rutin dan terarah makan anak akan melakukan kebiasaan dengan benar (Bangun et al., 2020).

Kegiatan mencuci tangan merupakan upaya pencegahan untuk melindungi anak-anak dari berbagai penularan penyakit (Susantiningsih et al., 2018). Sebagian besar masyarakat memahami pentingnya cuci tangan namun banyak yang tidak menjadikan cuci tangan dengan benar sebagai sebuah kebiasaan. Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan di SDN Desa Cepaka diharapkan dapat membentuk PHBS pada anak sekolah. Melalui penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan pemahaman dan pengertian anak sekolah tentang hal-hal yang berkaitan dengan cuci tangan memakai sabun.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Pimpinan Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pimpinan dari Universitas Triatma Mulya atas dukungan yang diberikan untuk dilaksanakan Pengabdian Masyarakat dan terima kasih kepada bapak Kepala Desa Cepaka Kecamatan Kediri Tabanan yang telah memberikan izin, waktu, dan tempat dilaksanakan pengabdian Masyarakat.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan lancar, semua responden dapat mengikuti dengan baik, berdasarkan hasil pengabdian yang telah dilaksanakan diperoleh hasil sebanyak 61% anak SD memiliki pengetahuan yang baik setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang PHBS dan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar.

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, H. A., Sinaga, L. R. V., Manurung, J., Asnawati, S., & Siregar, R. N. (2020). Sosialisasi Cuci Tangan Pakai Sabun Di Paud Dan Taman Kanak Kanak Sekolah Sinar Mentari Desa Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 1(1), 59–68.
- Diana, F. M., Susanti, F., & Irfan, A. (2014). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Pubs) Di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), 46–51.

- Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. In *Kementerian Kesehatan RI*. Jakarta.
- Kusumawardani, L. H., & Saputri, A. A. (2020). Gambaran Pengetahuan , Sikap dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan*, 10(2), 31–38. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i02.514>
- Lamria, S., & Lumbantoruan, D. (2021). Pengaruh Edukasi Cuci Tangan Terhadap Kemampuan Anak Dalam Melakukan Praktek Cuci Tangan Di SD Swasta 2 HKBP Balige. *Jurnal Keperawatan Akper HKBP Balige*, 2(1), 36–47.
- Paramata, N. R. (2022). *Penerapan Berilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sejak Dini Dengan Cuci Tangan 6 Langkah*. Gorontalo.
- Romadonika, F., Safitri, R. P., Syamdarniati, & Safitri, R. (2023). Upaya Peningkatan Kemandirian Pada Anak Usia Sekolah Melalui Edukasi Kebersihan Tangan (Hand Hygiene). *Jurnal Keperawatan Profesional*, 4(2), 81–87. <https://doi.org/10.36590/kepo.v4i2.674>
- Santika. (2024). Pendampingan Belajar Pada Anak Usia Dini Dengan Menumbuhkan Kesadaran Hidup Bersih dan Sehat Melalui Pembiasaan Cuci Tangan Sebelum Makan. *Sinergi Pemberdayaan Masyarakat: Inovasi Dan Praktik Terbaik Dalam Meningkatkan Kualitas Hidup Di Desa*. Bandung: UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Sinanto, R. A., & Djannah, S. N. (2020). Efektivitas cuci tangan menggunakan sabun sebagai upaya pencegahan infeksi : tinjauan literatur. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 8(2), 19–33. <https://doi.org/10.36577/jkkh.v8i2.403>
- Susantiningsih, T., Yuliyanti, R., Simanjuntak, K., & Arfiyanti. (2018). PKM Pelatihan Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Masyarakat RT 007/RW 007 Desa Pangkalan Jati, Kecamatan Cinere Kota Depok. *Jurnal Bakti Masyarakat Indonesia*, 1(2), 75–84.
- Yedilau, S., Angraini, W., Pratiwi, B. A., & Yanuarti, R. (2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Rumah Tangga Menciptakan Keluarga Sehat di UPTD Puskesmas Kuala Lempuing Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 301–312.