



Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

<https://journal.unwira.ac.id/index.php/BERBAKTI>

SOSIALISASI PENTINGNYA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI RA AL-ASROR PATEMON, GUNUNGPATI, SEMARANG

Zahira Indy Rachmani^{1*}, Adila Ramadhani Khoironi Putri², Nur Rochmah Setianingrum³,
Salma Fatma Nurahma⁴, Ananda Expor Nur Ridwan⁵, Amirul Mukminin⁶, Reni Pawestuti
Ambari Sumanto⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Universitas Negeri Semarang

e-mail: zahiraindy16@gmail.com^{1*}

Dikirim : 08 Juni 2023, Direvisi : 08 Juni 2023, Diterima: 11 Juni 2023

ABSTRAK

RA Al-Asror merupakan lembaga PAUD yang terletak di Jl. Legoksari Raya No. 1c, Kelurahan Patemon, Kecamatan Gunung Pati, Kota Semarang, Provinsi Jawa Tengah. Di bidang kesehatan, kurangnya promosi kesehatan di lembaga PAUD ini menyebabkan anak-anak tidak memahami pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Tujuan dari pengabdian ini yaitu memberikan informasi bagi anak-anak mengenai cara merawat kebersihan kuku dan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Metode yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian berupa penyuluhan (sosialisasi). Hasil dari kegiatan ialah peningkatan pemahaman siswa terkait kebersihan kuku dan tangan sehingga diharapkan mereka dapat lebih memperhatikan dan menjaga kesehatan diri agar terhindar dari berbagai penyakit.

Kata Kunci: anak usia dini; lembaga PAUD; perilaku hidup bersih dan sehat

ABSTRACT

RA Al-Asror is an early childhood education institution located on Jl. Legoksari Raya No. 1c, Patemon Village, Gunung Pati District, Semarang City, Central Java Province. In the health sector, the lack of health promotion in PAUD institutions causes children to not understand the importance of a clean and healthy lifestyle. The purpose of this service is to provide information for children about how to care for clean nails and how to wash hands properly and correctly. The method used in community service activities is in the form of counseling (socialization). The result of the activity is an increase in students' understanding of fingernail and hand hygiene so that they are expected to pay more attention to and maintain their own health to avoid various diseases.

Keywords : early childhood; PAUD institutions; clean and healthy behavior

1. PENDAHULUAN

Pendidikan adalah salah satu komponen penting untuk perbaikan kesehatan dan pencegahan penyakit secara menyeluruh sepanjang abad ini. Pendidikan kesehatan mengajarkan tentang kesehatan fisik, internal, emosional dan sosial yang dapat membangun pengetahuan, keterampilan dan sikap positif siswa tentang kesehatan. Kampanye sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), pencegahan penyakit menular, imunisasi dan pelayanan kesehatan lainnya merupakan upaya preventif yang dilakukan dalam rangka pencegahan penyakit yang dapat dilaksanakan di sekolah, sehingga memotivasi peserta



didik untuk meningkatkan dan memelihara kesehatan, mencegah penyakit dan mengurangi perilaku berisiko (Nutbeam, 2000).

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah, guru yang tidak memberikan contoh teladan atau memperagakan diri anak. Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang menjadi sasaran PHBS agar perilaku menjadi lebih baik. Depdiknas (2007) menyatakan bahwa sekolah mempunyai peran dan kedudukan strategis dalam upaya pendidikan dan promosi kesehatan. Hal ini dikarenakan sebagian besar anak usia 5- 19 tahun menghabiskan waktu yang cukup lama di lembaga pendidikan setiap harinya. Terdapat 25.409.200 orang berusia 7- 12 tahun dan 25.267.914 anak (99,4) aktif dalam proses pembelajaran. Untuk kelompok usia 13-15 tahun, terdapat 12.070.200 orang dan 10.438.667 anak (86,5) aktif bersekolah.

Untuk mewujudkan PHBS di lingkungan sekolah perlu diupayakan peningkatan kesadaran diri siswa yang didukung dengan adanya sarana dan prasarana. Siswa dapat dikatakan sebagai sasaran yang paling tepat dalam konteks perubahan perilaku, pengetahuan dan kebiasaan hidup sehat. Siswa berada pada usia yang rentan terhadap gangguan kesehatan sehingga dapat mempengaruhi proses, perkembangan dan prestasi belajar siswa (Pengetahuan et al., 2021). Masalah kesehatan yang sering muncul pada anak usia sekolah yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis hingga gangguan belajar dan juga masalah kesehatan secara umum.

Hasil studi pendahuluan pada beberapa siswa di RA Al-Asror menunjukkan bahwa beberapa anak memiliki kuku yang panjang dan tidak mencuci tangan sebelum atau sesudah makan. Lebih lanjut pengelola UKS RA Al- Asror menyatakan bahwa beberapa program UKS belum dilaksanakan secara rutin, karena keterbatasan tenaga pengelola dan minimnya kerjasama dengan dinas kesehatan setempat terutama dalam hal penyediaan materi pendidikan dan pelayanan kesehatan yaitu TRIAS program UKS. Sedangkan menurut Depkes (2006) bahwa UKS merupakan wahana belajar mengajar untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat, sehingga mendorong pertumbuhan dan perkembangan peserta didik yang serasi dan optimal sehingga menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Berdasarkan hal tersebut, kelompok kami tertarik untuk melakukan Sosialisasi Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat guna meningkatkan kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat para siswa di RA Al- Asror Patemon, Gunungpati, Semarang.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berupa penyuluhan (sosialisasi). Metode sosialisasi merupakan metode yang efektif dalam memberikan edukasi dan penyuluhan kepada masyarakat (Naelasari et al., 2021; Naelasari & Zulkhikim, 2021; Suriadiata et al., 2022). Waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian ini pada hari Senin, 29 Mei 2023 di RA Al-Asror Patemon, Gunungpati, Semarang. Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini berjumlah 15 anak. Kegiatan penyuluhan yang dilakukan terhadap siswa-siswi RA Al-Asror Patemon, Gunungpati, Semarang, fokus pada materi menjaga kebersihan kuku dan cara mencuci tangan yang baik dan benar

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah harus dimulai dari tingkat sekolah dasar mengingat usia sekolah dasar merupakan masa emas untuk menanamkan perilaku hidup bersih dan sehat. Alasan lain pentingnya menanamkan PHBS di sekolah dasar adalah karena usia sekolah dasar merupakan usia agen perubahan (Kemenkes RI, 2020). Selain sangat peka terhadap perubahan perilaku, anak usia sekolah dasar juga dapat berperan sebagai promotor kesehatan bagi orang tuanya. dan masyarakat. Pembiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini terutama pada usia sekolah akan mengakibatkan perubahan perilaku yang cenderung menetap.

Selain sebagai agen perubahan, anak usia sekolah dasar juga merupakan kelompok usia yang sangat rentan terhadap penularan penyakit, terutama yang ditularkan melalui kebiasaan

hidup bersih yang kurang baik seperti ISPA, diare, dan infeksi cacing usus. Infeksi cacing usus merupakan salah satu infeksi yang paling sering menyerang siswa sekolah dasar. Untuk mendukung temuan ini, Lubis juga menyatakan bahwa 40-60% anak usia sekolah menderita cacingan (Lubis et al., 2019). Diare merupakan penyakit lain yang sering terjadi pada anak usia sekolah. Tercatat oleh World Health Organization (WHO) setiap tahun 100.000 anak Indonesia meninggal akibat diare. Dari estimasi nasional sebanyak 6.897.467 kasus diare yang ditemukan di fasilitas kesehatan di Indonesia pada tahun 2016, hanya 2.544.084 (36,9%) yang mendapatkan pengobatan (Kemenkes RI, 2016)

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilakukan dengan baik melalui kunjungan ke lembaga PAUD untuk melakukan penyuluhan terkait Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yakni menjaga kebersihan kuku dan cara mencuci tangan yang baik dan benar pada anak usia dini. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada tanggal 29 Mei 2023, tepatnya di RA Al-Asrora Patemon, Gunungpati, Semarang. Kegiatan sosialisasi ini dapat berjalan lancar tanpa hambatan dan partisipan mampu untuk mengikuti kegiatan dengan baik. Hal itu dapat terlihat dari antusiasme dan pemahaman anak-anak setelah sosialisasi tentang pentingnya menjaga kebersihan kuku dan cara mencuci tangan yang baik dan benar.

Merujuk pada data yang diperoleh sebelum pelaksanaan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan jumlah 15 anak didapati sebanyak 87% anak sudah menjaga kebersihan kuku mereka. Dan sisanya sebanyak 13% kurang memahami pentingnya menjaga kebersihan kuku. Secara keseluruhan masih dalam kategori yang cukup baik. Dalam kegiatan yang pertama, anak-anak diberi tahu mengenai cara memotong kuku. Adapun cara memotong kuku yang benar yakni: 1) pilih gunting kuku sesuai kebutuhan, 2) cuci kuku terlebih dahulu dengan air hangat, 3) potong kuku dengan posisi lurus, tidak melengkung, 4) jangan potong kuku terlalu pendek, 5) bersihkan dengan air mengalir.

Kegiatan selanjutnya yaitu sosialisasi mengenai cara mencuci tangan yang baik dan benar. Perwakilan kelompok mempraktekkan cara mencuci tangan dengan menggunakan bantuan video dari platform *youtube* agar anak-anak lebih tertarik dan memahami langkah-langkahnya. Langkah-langkah mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir:

1. Basahi tangan dengan air bersih,
2. Gunakan sabun pada tangan secukupnya,
3. Gosok telapak tangan yang satu ke telapak tangan lainnya,
4. Gosok punggung tangan dan sela jari,
5. Gosok telapak tangan dan sela jari dengan posisi saling bertautan,
6. Gosok punggung jari ke telapak tangan dengan posisi jari saling bertautan,
7. Genggam dan basuh ibu jari dengan posisi memutar,
8. Gosok bagian ujung jari ke telapak tangan agar bagian kuku terkena sabun,
9. Gosok tangan yang bersabun dengan air bersih mengalir,
10. Keringkan tangan dengan lap sekali pakai atau tisu,
11. Bersihkan pemutar keran air dengan lap sekali pakai atau tisu.

Berikut adalah waktu yang dianjurkan untuk segera mencuci tangan: sebelum makan, sebelum menyiapkan makanan, setelah memegang daging mentah, sebelum dan setelah menyentuh orang sakit, sesudah menggunakan toilet, setelah batuk atau bersin atau membuang ingus, setelah mengganti popok atau pembalut, sebelum dan setelah mengobati luka, setelah membersihkan atau membuang sampah, setelah menyentuh hewan atau kotoran hewan.

Semasa sosialisasi menjaga kebersihan kuku dan cara mencuci tangan yang telah dilaksanakan, terdapat peningkatan pemahaman pada anak-anak terhadap pentingnya menjaga kebersihan kuku dan cara mencuci tangan untuk menjaga kebersihan diri dari beragam jenis penyakit. Peningkatan pemahaman anak-anak tentang pentingnya menjaga kebersihan kuku dan mengerti cara mencuci tangan yang baik dan benar adalah hasil yang positif dari kegiatan sosialisasi ini. Menjaga kebersihan kuku dan mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas memiliki manfaat penting dalam menjaga kebersihan diri dan mencegah penyebaran penyakit.



Dengan anak-anak lebih memahami pentingnya menjaga kebersihan kuku dan tangan, diharapkan mereka dapat menerapkan kebiasaan bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari dan memahami pentingnya menjaga kebersihan diri secara seutuhnya agar terhindar dari berbagai macam penyakit.



Gambar 1. Pelaksanaan Kegiatan Cara Merawat Kebersihan Kuku



Gambar 2. Pelaksanaan Kegiatan Cara Mencuci Tangan

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian yang dilaksanakan di RA Al-Asror Patemon telah berjalan dengan lancar tanpa hambatan. Tujuan dari diadakannya kegiatan pengabdian yaitu untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa akan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kegiatan sehari-hari. Hasil menunjukkan bahwa sebelum adanya sosialisasi banyak siswa yang belum mengetahui bagaimana cara merawat kebersihan kuku dan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Namun, setelah adanya kegiatan sosialisasi ini, para siswa menjadi paham bagaimana cara merawat kebersihan kuku dan cara mencuci tangan yang baik dan benar.

Diharapkan kegiatan ini dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari dan dijadikan acuan untuk kegiatan pengabdian selanjutnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Kepala sekolah RA Al-Asror Patemon, Gunungpati, Semarang yang telah memberikan izin kepada kelompok kami sehingga dapat melaksanakan sosialisasi di lembaga PAUD serta siswa-siswi yang telah bersedia mengikuti kegiatan sosialisasi dari awal sampai akhir.

REFERENSI

- Depdiknas, (2007). *Pedoman Pengembangan Fisik/Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta
- Depkes RI, (2006). *Pengembangan Promosi Kesehatan di Daerah Melalui Dana Dekon 2006*. Jakarta : Pusat Promosi Kesehatan, Depkes RI
- Dot Nutbeam. (2000). Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*. 15(3), 259-267, <https://doi.org/10.1093/heapro/15.3.259>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Lubis, Z. S., Lubis, N. L., & Syahril, E. (2019). Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Diskusi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak tentang PHBS. 3(2252), 58–66
- Naelasari, D. N., & Zulkhakim. (2021). Abdinesia : Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Sosialisasi Pentingnya Pemberian MP-ASI Untuk Mencegah Stunting. *Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1 (2), 52–56
- Naelasari, D. N., Zulkhakim, & Syamsussabri, M. (2021). Sosialisasi Pemanfaatan Media Sosial Sebagai Alat Pemasaran Produk Hasil Perikanan di Desa Sigerongan. *Abdinesia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 29–35.
- Pengetahuan, T., Didik, P., Negeri, S. M. P., & Selatan, M. 2021. Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Terhadap Pengetahuan Peserta Didik SMP Negeri 1 Tompasobaru Minahasa Selatan. *Kesmas*, 10(3), 118– 122
- Suriadiata, I., Syamsussabri, M., & Mustafa, P. S. (2022). Penguatan Kapasitas Pemuda Dalam Membangun Masyarakat Sadar Hukum. *Abdinesia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 4–6
- Hellosehat.com. Diakses pada tanggal 05 Juni 2023, dari website: <https://hellosehat.com/hidup-sehat/kebersihan-diri/cuci-tangan-penting-kesehatan/>
- Kemkes.go.id. Diakses pada tanggal 05 Juni 2023, dari website: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Panduan_CT_PS2020_1636.pdf
- wikiHow. Diakses pada tanggal 05 Juni 2023, dari website: <https://id.wikihow.com/Memotong-Kuku-Tangan-dan-Kaki-Anda>

