

PENYULUHAN TENTANG PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) MELALUI EDUKASI MENCUCI TANGAN DENGAN BAIK DAN BENAR PADA SISWA SDN 100305 DESA SIJUNGKANG

Zul Azmi¹, Ayu Wanda², Imelda Emeliana³, Alya Syahpitri⁴, Susanti⁵.
1-5 Universitas Aufa Royhan
univ.aufaroyhan@gmail.com

ABSTRAK

Permasalahan yang sering terjadi pada anak usia sekolah umumnya berkaitan dengan kebersihan diri dan lingkungan, salah satunya adalah kebiasaan mencuci tangan. Prevalensi perilaku cuci tangan yang benar di Indonesia mengalami peningkatan dari 47,0% menjadi 49,8%. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) menggunakan media video terhadap keterampilan mencuci tangan pada siswa kelas III. Metode penelitian ini menggunakan metode pra-eksperimental dengan pendekatan one-group pretest-posttest design. Sampel penelitian terdiri dari 25 siswa yang mengikuti pendidikan kesehatan tentang cuci tangan. Setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang cuci tangan, dari 25 siswa terdapat 10 siswa yang mampu memahami materi pendidikan kesehatan yang diberikan dan 15 siswa yang belum memahami materi yang disampaikan. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh pendidikan kesehatan cuci tangan menggunakan media video terhadap keterampilan mencuci tangan pada siswa kelas III SDN 1003005. Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar pendidikan kesehatan melalui media video tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar terus dilakukan untuk meningkatkan keterampilan mencuci tangan siswa serta mendukung perilaku hidup bersih dan sehat.

Kata Kunci: Pendidikan kesehatan, CTPS, media video, keterampilan mencuci tangan, siswa sekolah dasar.

ABSTRACT

introduction: Problems that often occur in school-aged children are usually always related to cleanliness and the environment, one of which is handwashing. The prevalence of proper handwashing behavior in Indonesia has increased from 47.0% to 49.8%. This study aims to analyze the effect of CTPS health education with video media on handwashing skills in third-grade students. Method: This study uses a pre-experimental design method with a one-group pretest-posttest design approach. The sample consisted of 25 students who participated in handwashing education. Results: from handwashing education from 25 students, 10 students were able to understand the education and 15 did not understand the education delivered. This means that there is an effect of handwashing health education with video media on handwashing skills in third-grade students of SDN 1003005: Based on these results, it is recommended that there be health education through good and correct education with video media to improve.

Keywords: Health education, Handwashing with Soap (CTPS), video media, handwashing skills, elementary school students

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan berdasarkan kesadaran hasil pembelajaran, sehingga individu, keluarga, kelompok, maupun masyarakat, mampu menjaga dan menolong diri sendiri dalam bidang kesehatan serta berperan aktif dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, PHBS mencakup banyak perilaku kesehatan yang perlu diterapkan untuk mencapai kondisi kesehatan masyarakat yang optimal.

Salah satu indikator penting dalam PHBS adalah cuci tangan pakai sabun (CTPS). CTPS adalah kegiatan membersihkan tangan menggunakan air mengalir dan sabun untuk menghilangkan kotoran, debu, serta kuman yang dapat menyebabkan penyakit, seperti diare dan kecacingan pada anak. CTPS juga menjadi bagian dari indikator PHBS di sekolah yang berkaitan erat dengan program usaha kesehatan sekolah (UKS). Program ini bertujuan meningkatkan kesehatan peserta didik sekaligus menjaga lingkungan sekolah tetap sehat. Dasar hukumnya tercantum dalam Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 dan Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2003.

Cuci tangan dengan sabun dilakukan untuk membersihkan tangan secara mekanis dari berbagai kotoran dan mengurangi jumlah mikroorganisme sementara pada kulit. Kebiasaan mencuci tangan sangat penting karena dapat mencegah penularan penyakit melalui makanan. Oleh sebab itu, kebiasaan ini perlu diajarkan sejak usia dini agar anak terbiasa mencuci tangan setelah bermain maupun sebelum makan, sehingga perilaku

tersebut dapat terus diterapkan hingga dewasa (Lestari, 2020).

Di lingkungan sekolah dasar, kebersihan tangan memiliki peran penting dalam mencegah penyebaran penyakit menular. CTPS menjadi salah satu langkah utama pengendalian infeksi, termasuk pada pandemi influenza. Peningkatan kebiasaan mencuci tangan tidak hanya dapat mengurangi penyebaran infeksi, tetapi juga menurunkan angka ketidakhadiran siswa dan guru, mengurangi biaya pelayanan kesehatan, serta meringankan beban keluarga yang harus merawat anak sakit (Aswadi & Syahrir, 2017).

Pemberian informasi mengenai pentingnya PHBS sebaiknya dimulai sejak usia dini melalui lingkungan sekolah. Salah satu indikator PHBS di sekolah adalah kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir. Menurut Utami (2018), tindakan tersebut merupakan upaya pencegahan yang efektif untuk melindungi anak dari berbagai penyakit menular, seperti diare, ISPA, pneumonia, dan penyakit infeksi lainnya.

Kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun secara rutin dapat menurunkan angka kejadian diare dan penyakit saluran pernapasan. CTPS mampu mengurangi kasus diare hingga 31% dan menurunkan kejadian infeksi saluran pernapasan atas (ISPA) sebesar 21%.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam penyuluhan PHBS cuci tangan di SDN 100305 Sijungkring. Metode ceramah penyuluhan ini memberikan penjelasan mengenai pentingnya cuci tangan dan

manfaat cuci tangan ,serta waktu penting mencuci tangan menggunakan bahasa yang mudah dipahami siswa SDN 100305 Sijungkgang .Metode Tanya jawab siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai kebiasaan cuci tangan dan menjawab pertanyaan dari penyuluhan agar penyuluhan lebih interaktif.Metode praktik langsung siswa mempraktikkan langsung cara mencuci tangan yang benar dengan pendampingan penyuluhan dan metode permainan penyuluhan memberikan permainan edukasi atau lagu tentang lagu cuci tangan .

Dari hasil analisis peningkatan keterampilan mencuci tangan pada siswa kelas III setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan dengan bantuan media video. Dan penyuluhan di SDN 100305 Sijungkgang terdapat responden sebanyak 25 orang,laki – laki 7 siswa dan perempuan 17 siswi. Kegiatan penyuluhan tentang cuci tangan di SD Sijungkgang dilaksanakan kepada siswa sekolah dasar dengan metode ceramah, tanya jawab ,praktik , dan permainan. Berdasarkan hasil observasi selama kegiatan, siswa antusias mengikuti penyuluhan aktif menjawab pertanyaan yang diberikan oleh penyuluhan.

Sebelum melakukan penyuluhan,sebagian besar siswa belum mengetahui langkah mencuci tangan yang benar serta waktu yang benar untuk mencuci tangan. Setelah dilakukan penyuluhan dan praktik langsung, pengetahuan siswa mengalami peningkatan, siswa mampu menyebutkan langkah – langkah mencuci tangan yang benar serta memahami pentingnya menjaga kebersihan tangan guna

mencegah penyakit seperti diare ataupun ISPA.

Selain itu, siswa juga mulai membiasakan mencuci tangan sebelum makan, bermain. Dari evaluasi sederhana melalui Tanya jawab, sebagian besar siswa dapat mempraktikkan enam langkah cuci tangan dengan baik dan benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

- a. Tingkat keterampilan cuci tangan sebelum dan setelah diberikan edukasi kesehatan dengan media video

Tingkat pengetahuan mencuci tangan siswa sebelum diberikan media video tentang mencuci tangan di sd sijungkgang masih tergolong rendah. berdasarkan hasil pengamatan, sebagian besar siswa belum memahami langkah langkah mencuci tangan yang benar sesuai standar kesehatan. Banyak siswa hanya menggunakan air tanpa menggunakan sabun dan tidak memperhatikan kebersihan sela sela jari, kuku, maupun punggung tangan. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media video di SD Sijungkgang masih tergolong kurang baik.

Berdasarkan hasil observasi awal, sebagian besar siswa belum mampu melakukan langkah-langkah cuci tangan dengan benar sesuai anjuran penyuluh. penggunaan media video dalam pengetahuan kesehatan dipilih karena dapat memberikan gambaran secara nyata mengenai cara mencuci tangan yang tepat.

- b. Pengetahuan mencuci tangan setelah diberikan kemampuan pengetahuan mencuci tangan dengan media video.

Kemampuan cuci tangan siswa secara diberikan penyuluhan menggunakan media video di SD 100305 sijungkang mengalami peningkatan yang baik. Setelah siswa menonton video edukasi mengenai langkah-langkah cuci tangan yang benar, sebagian besar siswa mampu memahami dan mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik, siswa mulai menggunakan sabun dan membersihkan seluruh bagian tangan, seperti telapak tangan, punggung tangan, sela-sela jari, ujung jari, kuku, hingga pergelangan tangan.

Dengan adanya peningkatan kemampuan cuci tangan setelah diberikan praktik cuci tangan menggunakan media video diharapkan siswa dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara rutin baik di sekolah maupun di rumah.

Usia sekolah dasar merupakan fase awal yang strategis dalam pembentukan pengetahuan dan perilaku hidup sehat. Pada tahap ini, anak memiliki kemampuan yang baik dalam menerima, memahami, dan menerapkan berbagai informasi yang diberikan. Oleh karena itu, pembiasaan perilaku yang baik, termasuk menjaga kebersihan diri, perlu ditanamkan sejak dini guna mendukung tumbuh kembang anak secara optimal.

KESIMPULAN

Kepada pihak sekolah agar hasil penelitian ini bisa dijadikan bahan pertimbangan dan pedoman terkait masalah pelaksanaan UKS di sekolah agar dapat meningkatkan kesehatan siswa sehingga dapat meningkatkan pelaksanaan pendidikan kesehatan yang terkait dengan PHBS khususnya cuci tangan pakai sabun dengan media video serta menambahkan sarana dan

prasarana untuk mencuci tangan seperti wastafel dan sabun agar pelaksanaan dapat berjalan optimal. Bagi tenaga Keperawatan Puskesmas khususnya perawat komunitas sebagai pemberi pelayanan agar dapat berperan aktif untuk meningkatkan kesehatan siswa dan mengoptimalkan program pendidikan kesehatan cuci tangan pakai sabun secara rutin kepada semua populasi yang ada di sekolah.

REFERENSI

- Harahap, L. J. (2025). Environmental Awareness of University Science Students and Its Role in Sustainable Development. *Bioedunis Journal*, 4(2), 181-188.
- Harahap, L. J. (2025). Edukasi Dan Pendampingan Orangtua Dalam Pembuatan Variasi Bekal Sehat Bagi Anak Usia Dini Di Tk As-Sa'adah Desa Purbatua Kota Padangsidempuan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 7(2).
- V. D. (2017) 'Pengaruh Media Audio Visual Cuci Tangan Terhadap Kemampuan Cuci Tangan Pakai Menggunakan Audio-Visual Terhadap Pengetahuan Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Pada Anak Kelas IV Di Mi Jamilurrahman Bantul', *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(3), pp. 245–254.
- Wati, N., Yuniar, N. and Paridah (2017) 'Pengaruh Intervensi Penayangan Video Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun

Pada Siswa Sdn 10 Kabawo Tahun
2016', Jurnal Ilmiah Mahasiswa
Kesehatan Masyarakat.

DOKUMENTASI KEGIATAN

