



**PERILAKU HIDUP SEHAT (PHBS) DAN PRAKTIK CUCI TANGAN DI SEKOLAH:
PENDIDIKAN KESEHATAN PADA ANAK PRA SEKOLAH DI TK IT IQRO, DESA
SUKARAJA, GEDONG TATAAN**

Rahmah Fitria^{1*}

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panca Bhakti

Email korespondensi: rahmahfitria89@gmail.com

Keywords:

Washing Hands, Clean Healthy Living
Behavior, PHBS in Schools

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) needs to be instilled from an early age, namely from pre-school age. By introducing children from an early age to clean and healthy living behavior, it will become a country's investment in the future. A healthy young generation will create a competent next generation so that the nation's welfare will increase. The benefit of PHBS from an early age is to instill attitudes and behavior as well as knowledge from an early age about how to live a clean and healthy life, so that children's health will improve and avoid various diseases in children. The implementation of PHBS in schools which has not been implemented optimally requires support from all parties including the school to be able to contribute. Therefore, Community Service (PKM) is implemented with the theme Healthy Living Behavior (PHBS) and Handwashing Practices in Schools: Health Education for Preschool Children School. The method used in PKM is direct face-to-face and is carried out in six (6 stages), namely Problem Identification, Solution Discussion, Submission of activity proposals, Activity Preparation, Activity Implementation, Evaluation and Reporting. Activities are evaluated for 1 month, every 2 weeks by coming back to the kindergarten and evaluating random participants. Evaluation was also carried out by obtaining information from teachers and the school environment with the result that participants' knowledge increased after health education was carried out and most were able to practice washing their hands properly and correctly using clean water with soapy water. The results of the activities continued to receive a good response after the review was carried out 4 weeks later.

Keywords:

Cuci Tangan, Perilaku Hidup Bersih Sehat,
PHBS di Sekolah

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat perlu ditanamkan sejak usia dini yaitu sejak usia pra-sekolah. Dengan memperkenalkan kepada anak sejak dini tentang perilaku hidup bersih sehat, akan menjadi investasi sebuah negara di masa depan. Generasi muda yang sehat akan menciptakan generasi lanjut yang kompeten sehingga kesejahteraan bangsa akan meningkat. Manfaat PHBS sejak dini adalah menanamkan sikap dan perilaku serta pengetahuan sejak dini tentang bagaimana hidup bersih dan sehat, sehingga kesehatan anak akan meningkat dan terhindar dari berbagai penyakit pada anak. Penerapan PHBS di Sekolah yang belum optimal dilaksanakan memerlukan dukungan dari semua pihak termasuk pihak sekolah untuk dapat berkontribusi. Oleh karena itu dilaksanakan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dengan tema Perilaku Hidup Sehat (PHBS) dan Praktik Cuci Tangan di Sekolah: Pendidikan Kesehatan pada Anak Pra Sekolah. Metode yang digunakan pada PKM adalah tatap muka secara langsung dan dilakukan dengan enam (6 tahap) yaitu Identifikasi Masalah, Diskusi Solusi, Pengajuan proposal kegiatan, Persiapan Kegiatan, Pelaksanaan kegiatan, Evaluasi dan Pelaporan. Kegiatan dievaluasi selama 1 bulan dengan rentan tiap 2 minggu dengan

datang ke TK kembali dan mengevaluasi random ke peserta yang lalu. Evaluasi juga dilaksanakan dengan mendapatkan info dari guru dan lingkungan sekolah dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan pada peserta setelah dilakukan pendidikan kesehatan dan sebagian besar mampu melakukan praktik cuci tangan dengan baik dan benar menggunakan air bersih dengan air sabun. Hasil kegiatan terus mendapatkan respon yang baik setelah dilakukan peninjauan 4 minggu kemudian.

Received: 28 Maret 2024

Accepted: 27 April 2024

1. PENDAHULUAN

Salah satu upaya pemerintah untuk menjaga dan meningkatkan status kesehatan anak adalah melalui Program Perilaku Hidup Sehat (PHBS). (Iskandar & Hasbi, 2020; Rumpiati et al., 2023) PHBS masih menjadi fokus program karena menjadi bagian dari pencapaian *Sustainable Development Goals* (SDGs) tahun 2030 yang merupakan strategi peningkatan derajat kesehatan pada tiga tatanan wilayah yaitu keluarga, masyarakat dan sekolah. Program ini juga diterapkan pada anak-anak usia pra sekolah di Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) dan TK di seluruh Indonesia (Riadi et al., 2023).

Anak Pra-Sekolah merupakan bagian dari masa keemasan (*golden age*) pada anak. (Deki, 2016). Pertumbuhan dan perkembangan anak pada masa itu mengalami kemajuan yang sangat pesat (Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan, 2020), sehingga penting untuk menjaga kesehatan anak agar tercapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Bella, 2022; Juniarta et al., 2022; Khaeriyah & Kurniawaty, 2021).

Penerapan dilapangan tentang PHBS masih minim. Hal ini terlihat dari sarana prasarana sanitasi yang kurang memadai, minimnya dan tidak memadai fasilitas cuci tangan, sikap anak yang belum cuci tangan selesai bermain, membuang sampah pada tempatnya, cara menutup hidung dan mulut saat bersin dan kebiasaan-kebiasaan lainnya yang masih jauh dari perilaku hidup bersih dan sehat (Hayati & Fatmalia, 2021; Novitasari et al., 2018)

Selain membina bidang akademik, perlu untuk menanamkan perilaku dan konsep bersih dan sehat kepada anak. Perilaku ini semakin baik untuk dikenalkan sejak anak usia dini. Dengan memperkenalkan kepada anak sejak dini tentang perilaku hidup bersih sehat akan menjadi investasi sebuah Negara di masa depan. Generasi muda

yang sehat akan menciptakan generasi lanjut yang kompeten sehingga kesejahteraan bangsa akan meningkat.

Berdasarkan latar belakang tersebut tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini dan mendukung pembiasaan hidup bersih dan sehat, maka dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat di salah satu TK di Desa Sukaraja Kecamatan Gedong Tataan.

2. METODE

Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) ini dilakukan dengan tatap muka secara langsung dan diadakan di TK IT IQRO Gedong Tataan dengan tema “Perilaku Hidup Sehat (PHBS) dan Praktik Cuci Tangan di Sekolah”. Sasaran pada kegiatan ini adalah seluruh komponen yang ada disekolah terutama siswa TK. Siswa TK IT IQRO berusia antara 4-6 tahun (usia pra sekolah).

Tujuan PKM adalah untuk memberikan Edukasi/ Pendidikan Kesehatan kepada siswa di TKIT IQRO tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan cara cuci tangan dengan air bersih menggunakan air sabun.

Kegiatan ini memiliki 6 tahap yaitu:

1. Identifikasi Masalah

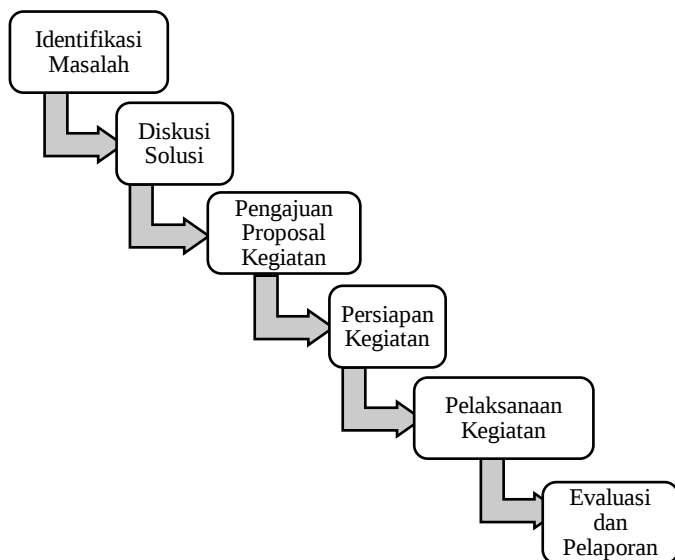
Kegiatan ini diawali dari pelaksanaan PKMD di Desa Sukaraja selama 1 bulan. Dilaksanakan pendataan 2 minggu awal, dilanjutkan dengan tabulasi data dan perencanaan kegiatan MMD (Musyawarah Masyarakat Desa). Salah satu hasil temuan masalah adalah pola hidup bersih dan sehat yang masih minim ditemukan dilingkungan.

2. Diskusi Solusi

Hasil diskusi dan perumusan prioritas masalah, maka disepakati untuk dilakukan kegiatan edukasi tentang program Perilaku Hidup Bersih Sehat dan Praktik Cuci

Tangan. Kegiatan ini dilakukan di beberapa tempat dan sasaran. Sasaran utama adalah anak pra-sekolah dengan harapan menanamkan sikap peduli hidup bersih sejak dini.

3. Pengajuan proposal kegiatan
Menindaklanjuti hasil diskusi solusi, maka diajukan proposal kegiatan ke kepala TK IT IQRO yang berada di Desa kegiatan PKMD yaitu Desa Sukaraja
4. Persiapan Kegiatan
Setelah proses izin diselesaikan, dilanjutkan mempersiapkan media edukasi, metode edukasi, dan persiapan penunjang kegiatan lainnya
5. Pelaksanaan Kegiatan
Pelaksanaan kegiatan dimulai dari mengisi presensi kehadiran, penimbangan BB dan TB, pembukaan, penyampaian materi PHBS kepada peserta dengan bantuan media lembar balik, ppt, banner dan poster besar, melakukan demonstrasi cuci tangan dengan air bersih dengan air sabun dan dilanjutkan praktik mencoba ke seluruh peserta satu persatu dan penutup
6. Evaluasi dan Pelaporan
Kegiatan dievaluasi selama 1 bulan dengan rentan tiap 2 minggu dengan datang ke TK kembali dan mengevaluasi random ke peserta yang lalu. Evaluasi juga dilaksanakan dengan mendapatkan info dari guru dan lingkungan sekolah
Pelaporan dilakukan selesai kegiatan evaluasi berupa laporan kegiatan dan submit jurnal



Gambar 1 Bagan Alur Kegiatan PKM

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian pada Masyarakat ini dilaksanakan di TKIT IQRO Gedongtatan dengan tema Perilaku Hidup Sehat (PHBS) dan Praktik Cuci Tangan di Sekolah: Pendidikan Kesehatan pada Anak Pra Sekolah yang dimulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

Persiapan Kegiatan

Tahap persiapan kegiatan pengabdian pada masyarakat diawali dari *mapping* waktu kegiatan. Kegiatan diawali pendataan 2 minggu, tabulasi 1 minggu, musyawarah masyarakat desa, 1 minggu persiapan kegiatan, evaluasi 2 minggu pertama dan 2 minggu berikutnya.

Tabel 1 Jadwal PKM

NO	Jenis kegiatan	Minggu								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.	Pendataan (PKMD)									
2.	Tabulasi data									
3.	MMD									
4.	Persiapan									
5.	Pelaksanaan									
6.	Evaluasi 1									
7.	Evaluasi 2									

Pelaksanaan Kegiatan

Pada tahap ini dilakukan pelaksanaan kegiatan sesuai dengan tema yang telah ditetapkan. Pada tahap ini kegiatan berjalan lancar dan tanpa ada kendala yang berarti. Peserta aktif mendengarkan, bertanya, berinteraksi dan mencoba praktik cuci tangan dengan semangat. Kegiatan dimulai pukul 09:00 WIB. Subjek mengisi presensi kehadiran/registrasi oleh guru kelas lalu dilakukan penimbangan berat badan dan tinggi badan.

Kegiatan dimulai pukul 09:00 WIB. Subjek yang datang mengisi absensi kehadiran/registrasi oleh guru kelas, dilakukan penimbangan berat badan dan tinggi badan

MC membuka kegiatan dan dilanjutkan dengan sambutan yang dimulai oleh kepala sekolah selaku ketua tempat untuk meminta izin kepada siswanya untuk diberikan waktu sejenak untuk mendengarkan edukasi/penyuluhan dari Pelaksana penyuluhan yang merupakan info bermanfaat untuk para subjek.

Kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi terkait PHBS menggunakan media leaflet dan lembar balik dan video animasi. Penyajian disertai praktik langsung kepada siswa untuk menerapkan cuci tangan. Mahasiswa diikutsertakan untuk ikut memberikan materi sesuai pengetahuan mereka dengan dibantu oleh penyaji materi

Kegiatan diakhiri dengan evaluasi berupa Tanya jawab yaitu memanfaatkan reward system dimana yang berani dan benar menjawab atau berani mempraktikkan kedepan akan mendapatkan reward berupa bingkisan. Kegiatan ditutup dengan salam.



Gambar 1 Foto Bersama Siswa TK IT OQRO



Gambar 2 Praktik Cuci Tangan



Gambar 3 Poster Cara Cuci Tangan

Evaluasi Hasil Kegiatan

Evaluasi dilakukan tiga kali, selesai kegiatan, 2 minggu setelah kegiatan dan 4 minggu setelah kegiatan

Tabel 2 Evaluasi setelah kegiatan di Hari Kegiatan

Kegiatan	Sebelum Kegiatan	Setelah Kegiatan
Pengetahuan	20%	75%
Praktik Cuci Tangan	50%	90%

Dari tabel 2, diketahui pengetahuan peserta PKM meningkat menjadi 75% dan 90 % peserta dapat mempraktikkan kembali cuci tangan dengan baik dan benar setelah kegiatan.

Hasil ini sesuai dengan beberapa penelitian dan pengabdian kepada masyarakat tentang kegiatan pendidikan kesehatan bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan peserta dalam pengetahuan PHBS di Sekolah dan cara mencuci tangan dengan air bersih menggunakan air sabun yang baik dan benar (Mustar et al., 2018; Ratna Julianti & Drs. H. M Nasirun, 2018; Riadi et al., 2023)

Evaluasi tidak hanya selesai kegiatan namun ditinjau kembali 2 kali yaitu di 2 minggu pertama dan 2 minggu kedua setelah kegiatan dengan hasil

didapatkan bahwa peserta masih memahami tentang PHBS, peserta mulai menerapkan cuci tangan sebelum dan setelah makan, sebelum dan setelah bermain dan merapikan mainan, memahami adab bersin, tidak jajan diluar dan membawa bekal yang disediakan orang tua. Program ini terlaksana dengan dedikasi dari kepala sekolah dan guru yang membuat aturan dan kebiasaan baru mengadaptasi dari hasil pengabdian masyarakat.

Perubahan dapat terjadi dari sikap dan peningkatan pengetahuan. Penelitian di Kota Surabaya menyimpulkan bahwa perlunya perubahan sikap untuk mengubah perilaku hidup bersih dan sehat yang didapatkan dari peningkatan pengetahuan keluarga karena pengetahuan keluarga merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (Wati & Ridlo, 2020). Perubahan perilaku tergantung pada kesadaran bersama dan lingkungan (Sapalas et al., 2022).

4. SIMPULAN DAN SARAN

Pelaksanaan Kegiatan tentang Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TKIT IQRO gedong tataan. diharapkan dapat terus berjalan dengan berbagai tema yang lebih mendalam. Kegiatan ini berjalan lancar dan meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS. Demikian laporan hasil pengabdian masyarakat ini disampaikan.

Bagi pelaksana kegiatan selanjutnya disarankan untuk lebih inovatif mengusung tema pengabdian masyarakat agar lebih bermanfaat dan tepat sasaran pada kebutuhan masyarakat sesuai dengan kondisi yang sedang terjadi di masyarakat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang mendukung penelitian (sponsor dan responden). keluarga dan pengawas tidak diperbolehkan di bagian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Bella, A. (2022). *Pentingnya Pencernaan Sehat untuk Tumbuh Kembang Anak yang Optimal*. Alodokter. <https://www.alodokter.com/tahukah-ibu-tumbuh-kembang-anak-yang-optimal-berawal-dari-pencernaan-sehat>
- Deki, P. (2016). Factors Affecting Early Childhood Growth and Development: Golden 1000 Days. *Advanced Practices in Nursing*, 01(01), 1–4.

- <https://doi.org/10.4172/2573-0347.1000101>
- Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan. (2020). *Perkembangan Anak Usia Dini Modul 2*. In *Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan*.
- Hayati, F., & Fatmalia, R. (2021). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lembaga PAUD Daerah Tertinggal, Terdepan, Terluar Aceh Besar (3T) Pada Masa New Normal. *Universitas Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh*, 1–11.
- Iskandar, H., & Hasbi, M. (2020). *Buku Saku Program PHBS Di Layanan PAUD*. 54. <http://repositori.kemdikbud.go.id/id/eprint/18983>
- Juniartha, I. W., Putri, K. A. K., Pratiwi, N. K. S., & Candra, K. D. P. (2022). PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA TK DI DESA BATUAJI, KERAMBITAN, TABANAN. *Pengabdian Kepada Masyarakat Universitas Mahaswaswati Denpasar*, 1(2), 2022.
- Khaeriyah, N., & Kurniawaty, L. (2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di TK Islam Kamilah. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(2), 5259. <https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1666/1603>
- Mustar, Y. S., Susanto, I. H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *JISIP*, 2(1), 1–13. <http://link.springer.com/10.1007/978-3-319-76887-8%0Ahttp://link.springer.com/10.1007/978-3-319-93594-2%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/B978-0-12-409517-5.00007-3%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.jff.2015.06.018%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41559-019-0877-3%0Aht>
- Novitasari, Y., Filtri, H., & Suharni. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Dosen Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini , FKIP , Unilak Email : yesinovitarsari@unilak.ac.id PENDAHULUAN Peningkatan kualitas sumber daya man. *Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(1), 44–49. <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jpm/article/view/573>
- Ratna Julianti, & Drs. H. M Nasirun, M. P. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(1), 11–17. www.dinkes.go.id
- Riadi, R., Sipahutar, A. L., Pratama, B. F., Situmorang, D. A., Ramahwati, D., Sari, D. P., Fathia Arifah Suri, Tungkup, H. P. L., Wibowo, J. Y., Rahma, Y. I., & Rahmat, Z. Z. (2023). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

- (PHBS) Pada Siswa TK Tunas Bangsa. *Dirkantara Indonesia*, 1(2), 65–70. <https://doi.org/10.55837/di.v1i2.36>
- Rumpiati, Istiwi, A. W., Saputri, L. A., Ardiana, M., Azizah, N., Andriyani, S. F., & Permatasari, I. D. (2023). SOSIALISASI PENINGKATAN KESEHATAN ANAK USIA 4-6 TAHUN DENGAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ERA PANDEMI COVID-19. *Journal Buana of Comunity Health Service*, 1(1), 20–28.
- Sapalas, R. A., Putri, N., Ahyani, D., Rahmah, S. N., Lubis, A. F., Islam, F. A., Jakarta, U. M., Dahlan, A., Masyarakat, J. K., Masyarakat, F. K., Jakarta, U. M., Hukum, J. I., Hukum, F., & Jakarta, U. M. (2022). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat mewujudkan kesejahteraan masyarakat. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*.
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya. *Jurnal PROMKES*, 8(1), 47. <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.47-58>
- .