

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DAN PRAKTIK CUCI TANGAN PAKAI SABUN (CTPS) PADA SISWA SD**EDUCATION OF CLEAN AND HEALTHY BEHAVIOR AND PRACTICE OF WASHING HAND WITH SOAP IN ELEMENTARY STUDENT****Rini Handayani^{1*}, Cut Alia Keumala Muda², Dwi Nurmawaty³, Taufik Rendi Anggara⁴**^{1*,2,3}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul, Jakarta⁴Program Studi Ilmu Komputer, Fakultas Ilmu Komputer, Universitas Esa Unggul^{1*}rini.handayani@esaunggul.ac.id, ²cut.alia@esaunggul.ac.id,³dwi.nurmawaty@esaunggul.ac.id, ⁴taufik.anggara@esaunggul.ac.id**Article History:**Received: August 04th, 2023Revised: August 16th, 2023Published: August 20th, 2023**Keywords:** *Clean and Healthy Behavior, Washing Hand With Soap, Student, Elementary School, Education***Abstract:** *Elementary student is one of age group that having high risk to infected. One of preventive action to it is doing clean and healthy behavior and washing hand with soap in school. The aims these activities was to increase student knowledge about doing clean and healthy behavior and washing hand with soap in school. These activities were done in education with lecture and demonstration. The result of these activities is there is score different before and after students had education. It is be recommended to do these activities routinely to student.***Abstrak**

Siswa SD merupakan golongan usia yang rentan terkena penyakit infeksi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan sebagai pencegahan adalah penerapan perilaku cuci tangan pakai sabun dan perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa mengenai penerapan penerapan perilaku cuci tangan pakai sabun dan perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah. Kegiatan yang dilaksanakan berupa penyuluhan dengan metode ceramah dan demonstrasi. Hasil menunjukkan adanya perbedaan skor pengetahuan sebelum dan setelah kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan. Direkomendasikan untuk melakukan kegiatan serupa secara rutin kepada siswa.

Kata Kunci: PHBS, CTPS, Siswa, Sekolah Dasar, Edukasi**PENDAHULUAN**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah kumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Salah satu tatanan PHBS adalah institusi pendidikan. Praktik PHBS di institusi pendidikan mencakup mencuci tangan pakai sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah di tempat sampah,

tidak merokok, tidak mengonsumsi Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA), tidak meludah sembarang tempat, dan memberantas jentik nyamuk. (Direktorat Sekolah Dasar, 2021)

Sekolah adalah bangunan atau lembaga untuk belajar dan mengajar serta tempat menerima dan memberi pelajaran. Di lingkungan sekolah, siswa biasanya menghabiskan waktu sekitar 3-5 jam. Hal ini mengakibatkan paparan di lingkungan sekolah berpengaruh terhadap kesehatan siswa. (Direktorat Sekolah Dasar, 2021)

Anak usia sekolah berisiko terkena berbagai penyakit menular seperti diare, kecacingan, dan ISPA (Infeksi Saluran Pernapasan Akut. Berdasarkan penelitian Nurul et al. (2019) diketahui ada hubungan antar perilaku PHBS dengan kejadian diare pada siswa sekolah. Berdasarkan penelitian Andini & Utomo (2018) diketahui ada hubungan antara *personal hygiene* dengan kejadian kecacingan pada siswa sekolah dasar (SD/MI). Berdasarkan penelitian Wildan (2015) diketahui ada hubungan antara perilaku PHBS dengan perilaku pencegahan ISPA pada siswa SD.

Salah satu cara untuk mengurangi penularan adalah dengan menerapkan cuci tangan dengan sabun. Hal tersebut juga menjadi salah satu pilar utama dalam penerapan PHBS di lingkungan sekolah. Langkah-langkah cuci tangan yang tepat adalah ratakan sabun dengan kedua tangan, kemudian gosong punggung tangan dan sela-sela jari secara bergantian. Kemudian gosok jari-jari bagian dalam, lalu gosok telapak tangan dengan posisi jari saling mengunci. Gosok ibu jari secara berputar dalam genggaman tangan secara bergantian. Terakhir, gosokkan ujung kuku pada telapak tangan secara berputar dan bilas hingga bersih. Cuci tangan dengan sabun di lingkungan sekolah sesuai dengan prosedurnya dapat menurunkan risiko terkena penyakit menular (Suriani et al., 2019; Utomo et al., 2013)

Sekolah Dasar (SD) Negeri 02 Setia Asih Bekasi terletak di dekat wilayah pasar, dimana di lokasi tersebut terdapat banyak jajanan pasar. Menurut salah seorang guru, di SD ini sebenarnya sudah ada peraturan mengenai siswa tidak diperkenankan jajan di luar lingkungan sekolah. Namun, masih ada beberapa siswa yang melanggar. Selain itu, menurut guru tersebut, beberapa siswa juga sering jajan di lingkungan pasar ketika berangkat atau pulang dari sekolah. Hal ini akan meningkatkan risiko siswa untuk sakit.

Selain itu, di lingkungan sekolah belum disediakan tempat cuci tangan yang layak. Observasi juga menunjukkan bahwa siswa tidak melakukan cuci tangan menggunakan sabun pada saat mengonsumsi makanan, setelah bermain di lingkungan sekolah dan setelah ke kamar mandi. Beberapa ada yang melakukan cuci tangan, namun tidak menggunakan sabun ataupun salah dalam cara mencuci tangannya. Beberapa siswa juga mengemukakan bahwa mereka sering jajan di tempat yang tidak seharusnya dengan alasan jajanan lebih murah dan bervariasi. Diketahui juga, belum pernah dilaksanakan sosialisasi mengenai pentingnya PHBS dan CTPS di lingkungan sekolah.

Oleh karena itu, perlu dilakukan sosialisasi mengenai pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dan cara melakukan cuci tangan dengan sabun yang benar. Diharapkan dengan dilakukannya kegiatan ini pengetahuan siswa dapat meningkat dan memacu siswa untuk menerapkan tindakan tersebut di kehidupan sehari-hari.

METODE

Sebelum kegiatan dilakukan, tim melakukan koordinasi dengan pihak sekolah mengenai sasaran, waktu kegiatan serta sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam kegiatan. Selain itu, tim menyiapkan materi penyuluhan dalam bentuk *slide* presentasi *Ms. Power Point* dengan topik PHBS di sekolah. Tim juga menyiapkan sarana dan prasarana seperti lap tangan, tisu, dan sabun cuci tangan serta menyiapkan soal *pre-test* dan *post test* untuk pelaksanaan kegiatan. Sasaran kegiatan ini adalah siswa kelas 6A SDN 02 Setia Asih Kota Bekasi sejumlah 20 orang. Kegiatan ini direncanakan pada tanggal 9 Desember 2019 di ruang kelas 6A.

Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan kesehatan dan praktikum. Terdapat 5 tahapan dalam pelaksanaan kegiatan, yaitu *pre-test*, penyampaian materi dengan topik PHBS, praktik CTPS, tanya jawab, dan *post-test*.

Kegiatan *pre-test* dan *post-test* dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan dan praktik. *Pre-test* dilakukan sebelum kegiatan berlangsung dan *post-test* dilakukan setelah kegiatan berlangsung. Terdapat 5 pertanyaan yang diberikan kepada siswa. Siswa diberikan waktu 10 menit untuk mengerjakan soal tersebut.

Materi PHBS disekolah disampaikan dalam bentuk penyuluhan dengan metode ceramah dan menggunakan media *slide* presentasi *Ms. Power Point*. Adapun materi pertama mengangkat topik mengenai definisi, manfaat dan bentuk PHBS disekolah. Materi kedua mengangkat topik mengenai alasan CTPS, manfaat CTPS, dan tahapan CTPS. Pada penjelasan tahapan CTPS, siswa diajarkan dengan metode bernyanyi sambil melakukan tahapan CTPS. Selanjutnya pemateri dan siswa melakukan praktik cuci tangan pakai sabun secara mandiri di tempat yang telah disiapkan. Selanjutnya, siswa dipersilakan untuk bertanya dan mengungkapkan evaluasi terhadap praktik CTPS yang dilakukan teman dan dirinya sendiri.

HASIL

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal Sabtu, 7 Desember 2019 pukul 09.00-11.30 WIB dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang. Kegiatan ini dimulai dengan pembukaan oleh MC kemudian kata sambutan dari Kepala Sekolah SDN 02 Setia Asih Kota Bekasi dan perwakilan Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat UEU. Sebelum materi disampaikan, siswa diminta untuk mengerjakan soal *Pre-Test* yang berjumlah 5 soal dalam waktu 10 menit.

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa pada proporsi tertinggi dengan jumlah jawaban yang banyak salah adalah pertanyaan dengan topik mengenai langkah CTPS yang benar (Tabel 1). Setelah dilakukan *pre-test*, kegiatan dilanjutkan dengan memberikan materi dengan topik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah dan Pentingnya Cuci Tangan Pakai Sabun (Gambar 1).

Tabel 1. Hasil *Pre-test* siswa SDN 02 Setia Asih Kota Bekasi

No	Topik Pertanyaan	N Benar	% Benar	N Salah	% Salah
1	Definisi PHBS di Sekolah	19	76%	6	24%
2	Bentuk PHBS di Sekolah	21	84%	4	16%
3	Manfaat CTPS	21	84%	4	16%
4	Waktu CTPS	24	96%	1	4%
5	Langkah CTPS yang benar	2	8%	23	92%



Gambar 1. Penjelasan materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) oleh pemateri

Penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah. Media edukasi yang digunakan adalah *slide* presentasi *Ms. Power Point*. Setelah materi disampaikan, siswa diminta untuk mempragakan tahapan cuci tangan yang benar. Pada sesi ini, siswa dipelihatkan video dan lagu mengenai cuci tangan pakai sabun. Siswa diminta untuk menghapalkan sambil mengikuti gerakan yang ada di video (Gambar 2). Hal ini dilakukan hingga 3 kali. Setelah itu, tim meminta perwakilan dari siswa sebanyak 3 orang untuk memimpin peragaan tahapan cuci tangan pakai sabun.

Setelah mempragakan tahapan CTPS di dalam kelas, siswa kemudian dipandu oleh beberapa mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat untuk melakukan praktik CTPS di musholah SD (Gambar 3). Pada saat praktik ini, tim sudah menyiapkan alat yang dibutuhkan seperti sabun dan tisu.



Gambar 2. Peragaan tahapan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di dalam kelas



Gambar 3. Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) oleh siswa di Musholah SD dengan dipandu mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Esa Unggul

Setelah praktik CTPS dilakukan, siswa kemudian diminta kembali ke dalam kelas untuk mengikuti kegiatan selanjutnya. Setelah semua berkumpul di kelas, siswa diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal yang masih membuat mereka bingung. Kemudian siswa diminta untuk menyampaikan pengalaman praktik CTPS dan mengevaluasi apakah langkah yang mereka atau temannya sudah benar atau belum. Sesi ini merupakan sesi interaktif dan siswa antusias untuk menyampaikan pendapatnya dan menceritakan pengalamannya (Gambar 4).



Gambar 4. Suasana Ketika tanya jawab dan evaluasi

Kegiatan selanjutnya adalah pengerjaan *post-test*. Siswa diberikan waktu selama 10 menit untuk menjawab 5 pertanyaan yang ada di *post-test*. Berikut ini adalah hasil *post-test* siswa:

Tabel 2. Gambaran hasil *post-test* siswa SDN 02 Setia Asih Kota Bekasi

No	Topik Pertanyaan	N Benar	% Benar	N Salah	% Salah
1	Definisi PHBS di Sekolah	22	88%	3	12%
2	Bentuk PHBS di Sekolah	24	96%	1	4%
3	Manfaat CTPS	23	93%	2	8%
4	Waktu CTPS	24	96%	1	4%
5	Langkah CTPS yang benar	22	88%	3	12%

Hasil *post-test* menunjukkan bahwa hampir seluruh siswa dapat menjawab dengan benar pada semua pertanyaan yang diajukan. Setelah *post-test* selesai, kegiatan selanjutnya adalah tim memberikan sertifikat dan poster mengenai PHBS di sekolah (Gambar 5). Poster tersebut berisi anjuran perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat siswa lakukan di sekolah. Kegiatan ditutup dengan foto bersama dengan semua pihak yang terlibat dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini (Gambar 6).



Gambar 5. Penyerahan sertifikat dan poster edukasi PHBS di sekolah kepada pihak SDN 02 Setia Asih Kota Bekasi



Gambar 6. Foto bersama sebagai penutup kegiatan

Setelah kegiatan berlangsung, tim kemudian mengevaluasi kegiatan yang telah dilakukan guna mengetahui apakah ada perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan mengenai PHBS dan praktik CTPS. Analisis dilakukan dengan uji T berpasangan (*paired samples T-test*) yang mana hasilnya sebagai berikut:

Tabel 3. Analisis perbedaan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan PHBS dan CTPS serta praktik CTPS

Pengetahuan	Mean	Perbedaan Mean	Standar Deviasi	Standar Error	95% CI	p-value
Sebelum	3,48	1,120	0,971	0,194	0,719-1,521	<0,001
Sesudah	4,60					

Dari hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan PHBS dan CTPS serta praktik CTPS.

PEMBAHASAN

Hasil *pre-test* menunjukkan hampir seluruh siswa menjawab salah mengenai tahapan cuci tangan pakai sabun. Cuci tangan pakai sabun merupakan salah satu cara efektif untuk mencegah terjadinya penularan penyakit infeksi yang dapat menular melalui kontak dengan tangan seperti diare, kecacingan, dan ISPA. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal, tahapan cuci tangan pakai sabun harus dilaksanakan sesuai anjuran yang telah dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Adapun tahapan cuci tangan dengan sabun yang benar adalah (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) Genggang dan gosok ibu jari kanan dengan posisis memutar dengan tangan kiri begitupula sebaliknya; (8) Gosok bagian ujing jari kanan ke telapak tangan kiri agar bagian ujung kuku terkena sabun; (9) Basahin tangan yang bersabun dengan air bersih mengalir; dan (10) keringkan tangan dengan lap sekali pakai atau tisu. (Direktorat Sekolah Dasar, 2021)

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan berupa kegiatan penyuluhan. Penyuluhan merupakan kegiatan mendidik yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, menanamkan keyakinan sehingga masyarakat mengerti dan menerima serta dapat melakukan anjuran yang berhubungan dengan kesehatan. Penyuluhan dapat memberikan dan meningkatkan pengetahuan dan sikap seseorang. Metode penyuluhan dayang digunakan adalah metode penyuluhan kelompok. (Notoatmodjo, 2012)

Metode penyuluhan yang digunakan adalah metode ceramah. Metode ceramah merupakan cara dalam menerangkan dan menjelaskan pesan secara lisan kepada kelompok sasaran sehingga informasi yang disampaikan dapat diterima sasaran. Setelah pemberian materi dengan cara penyuluhan, dilakukan praktik cuci tangan pakai sabun oleh siswa. Metode yang digunakan dalam

sesi ini adalah metode demonstrasi. Metode demonstrasi merupakan cara untuk menunjukkan bagaimana cara melaksanakan sebuah tindakan. Penelitian Satriyani & Liana (2022) menunjukkan bahwa metode demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan siswa

Pada saat kegiatan penyuluhan dilakukan ada beberapa alat bantu yang digunakan. Alat bantu yang digunakan adalah *slide* presentasi untuk penyampaian materi PHBS dan CTPS dan video langkah CTPS. *Slide* presentasi merupakan alat bantu visual dan video langkah CTPS merupakan alat bantu audio visual. Alat bantu visual adalah alat bantu yang digunakan untuk membantu stimulasi indera penglihatan pada saat terjadinya proses penerimaan pesan. Alat bantu audio visual merupakan alat bantu yang dapat menstimulasi indera pendengaran dan penglihatan pada saat proses penyuluhan. Penelitian yang dilakukan oleh Handayani et al. (2022) menunjukkan bahwa alat bantu visual berupa *slide* presentasi dapat meningkatkan pengetahuan siswa. Penelitian yang dilakukan oleh Mulyadi et al. (2018) dan Novianti & Afriyani (2022) menunjukkan bahwa alat bantu audio visual dapat meningkatkan pengetahuan siswa.

Evaluasi kegiatan dilakukan dalam pengukuran secara terstruktur mengenai pengetahuan siswa, yaitu dengan cara *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* adalah tes yang diberikan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi sebelum dilakukannya penyuluhan. *Post test* adalah tes yang diberikan untuk mengetahui sejauh mana pemahaman siswa terhadap materi setelah dilakukannya penyuluhan. Dari tabel 2, dapat kita simpulkan hampir semua siswa menjawab benar pada tiap topik pertanyaan yang diberikan.

Hasil analisis menunjukkan dengan dilakukannya kegiatan ini, tingkat pengetahuan siswa setelah mendapatkan penyuluhan dan praktik berbeda dengan tingkat pengetahuan sebelum mendapatkannya, dimana rata-rata tingkat pengetahuan siswa setelah kegiatan lebih tinggi skornya dibandingkan sebelum kegiatan dilakukan. Hal ini sejalan dengan penelitian Natsir (2018) yang menyatakan adanya perbedaan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan dan praktik.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat dengan metode penyuluhan dan praktik dapat meningkatkan pengetahuan siswa, hal ini dapat terlihat dari adanya perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan dilakukan. Penulis merekomendasikan agar kegiatan serupa dapat dilakukan pada siswa SDN 02 Setia Asih Kota Bekasi maupun siswa SD lainnya secara rutin.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Terima kasih penulis ucapkan kepada Kepala Sekolah, guru, dan siswa di SDN 02 Setia Asih Kota Bekasi yang telah mendukung kegiatan ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada beberapa mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat UEU Kampus Bekasi yang

telah membantu penyelenggaraan kegiatan ini.

DAFTAR REFERENSI

- Andini, N., & Utomo, B. (2018). Hubungan antara Personal Hygiene dengan Kejadian Kecacangan Murid MI Ma'arif NU Banteran Kecamatan Sumbang Kabupaten Banyumas Tahun 2017. *Keslingmas*, 37(2).
- Direktorat Sekolah Dasar. (2021). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran pada Masa Pandemi Covid-19*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi.
- Handayani, R., Nurmawaty, D., & Muda, C. A. K. (2022). Edukasi Kesehatan mengenai Bahaya Merokok dan Minuman Keras pada Siswa SMP Taman Harapan 1 Bekasi. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(6).
- Mulyadi, Fahreza, F., & Julianda, R. (2018). Penggunaan Media Audio Visual untuk Meningkatkan Prestasi Belajar pada Pembelajaran IPS Siswa Kelas V SDN Langung. *Jurnal Visipena*, 9(1).
- Natsir, M. F. (2018). Pengaruh Penyuluhan CTPS terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa SDN 169 Bonto Parang Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 1.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Rineka Cipta.
- Novianti, E., & Afriyani, L. D. (2022). Efektivitas Pendidikan Kesehatan dengan Media Audio Visual terhadap Tingkat Pengetahuan Cuci Tangan Pakai Sabun sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 Pada Anak Usia Dini di TK Amzar Molinow Kota Kotamobagu. *Journal of Holistics and Health Sciences*, 4(2).
- Nurul, N. L., Yulianto, F. A., Yusroh, Y., Irasanti, S. N., & Rosady, D. S. (2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta Diare Akut di SMP Plus Pesantren Baiturrahman Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 1(2).
- Satriyani, & Liana, Y. (2022). Peningkatan Pengetahuan melalui Pendidikan Kesehatan dengan Metode Demonstrasi tentang Cuci Tangan Pakai Sabun. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bhinneka*, 1(2).
- Suriani, E., Irawati, N., & Lestari, Y. (2019). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Kecacangan pada Anak Sekolah Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 8.
- Utomo, A. M., Alfianti, D., & Nurahman. (2013). Hubungan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan Kejadian Diare Anak Usia Sekolah di SDN 02 Pelemsengir Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. *Jurnal Keperawatan*, 6(1).
- Wildan, M. A. (2015). *Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tatanan Sekolah dengan Perilaku Pencegahan Infeksi Saluran Pernapasan Akut pada Siswa Sekolah Dasar di Wilayah Kerja Puskesmas Kebakkramat 1 Karanganyar*. Universitas Sebelas Maret.