

## PENYULUHAN PROGRAM PHBS CUCI TANGAN DI SD NEGERI 106165 MARINDAL I DELI SERDANG

Sahat Sinaga<sup>1\*</sup>, Lydia Br Barus<sup>2</sup>, Nurbaiti Br. Singarimbun<sup>3</sup>, Defacto Firmawati Zega<sup>4</sup>, Helen Anjelina Simanjuntak<sup>5</sup>, Hermawan Purba<sup>6</sup>

<sup>1)</sup> Program Studi Radiodiagnostik dan Radioterapi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan

<sup>2)</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan

<sup>3,4)</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan

<sup>5,6)</sup> Program Studi Sarjana Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan

*e-mail:* sahatsinaga178@gmail.com

### Abstrak

Derajat Kesehatan masyarakat dapat dilihat dari tingkat kesehatannya. Upaya dalam meningkatkan kesehatan dapat dilakukan dengan penerapan program PHBS cuci tangan di lingkungan sekolah. Cuci tangan dilakukan bertujuan untuk menjadi bersih dan dapat berdampak dalam pencegahan penyakit menular seperti infeksi yang menyebabkan diare, Covid-19, cacangan, infeksi saluran pernapasan dan infeksi lainnya. Sehingga perlu dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan PHBS kepada 28 siswa kelas II SD Negeri 106165 Marindal I Kabupaten Deli Serdang sebagai salah satu upaya dalam pencegahan penyebaran penyakit menular di lingkungan sekolah yang nantinya akan berdampak di rumah dan masyarakat. Metode kegiatan dilakukan dengan ceramah, tanya jawab, demonstrasi dan evaluasi. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa tentang pengetahuan mencuci tangan, dampak tidak mencuci tangan serta tata cara mencuci tangan yang baik dan benar. Terdapat beberapa faktor yang mendukung terlaksananya PHBS cuci tangan di sekolah yaitu; adanya dukungan guru, dukungan teman, dan sarana kebersihan dalam mencuci tangan.

**Kata kunci:** Penyuluhan, PHBS, Cuci Tangan

### Abstract

The degree of public health can be seen from the level of health. Efforts to improve health can be done by implementing the Clean and Healthy Living Behavior hand washing program in the school environment. Hand washing is carried out with the aim of being clean and can have an impact on preventing infectious diseases such as infections that cause diarrhea, Covid-19, intestinal worms, respiratory infections and other infections. So it is necessary to carry out community service activities in the form of Clean and Healthy Living Behavior counseling to 28 class II students at SD Negeri 106165 Marindal I Deli Serdang Regency as one of the efforts to prevent the spread of infectious diseases in the school environment which will later have an impact on the home and in the community. The activity method is carried out by lectures, questions and answers, demonstrations and evaluations. The results of the activity showed that there was an increase in students' knowledge about hand washing, the impact of not washing hands and how to wash hands properly and correctly. There are several factors that support the implementation of Clean and Healthy Living Behavior hand washing in schools, namely; the existence of teacher support, peer support, and hygiene facilities in washing hands.

**Keywords:** Counseling, Clean and Healthy Living Behavior, Washing hands

### PENDAHULUAN

Salah satu program dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat yaitu melalui program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS adalah semua perilaku atau kegiatan kesehatan yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari baik di rumah, sekolah ataupun di tempat umum. PHBS berupaya untuk memberikan pengalaman belajar terhadap perorangan, keluarga, ataupun kelompok masyarakat tentang perilaku hidup bersih dan sehat (Wikurendra, 2018).

Perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah adalah praktik kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari baik selama siswa berada di kelas maupun di luar kelas (Gustina dkk, 2018). PHBS di sekolah perlu mendapatkan perhatian terutama anak usia tingkat sekolah dasar, karena masa tersebut anak-anak rentan terhadap penyakit infeksi (Parasyanti dkk, 2020).

Masalah kesehatan yang rentan dialami oleh anak usia sekolah pada umumnya berkaitan dengan kebersihan perorangan dan lingkungan seperti gosok gigi yang baik dan benar, kebersihan diri, kebiasaan cuci tangan pakai sabun, dan membersihkan kuku dan rambut (Gustina, dkk, 2018). Menurut penjelasan Listiadesti dkk, (2020) berdasarkan laporan WHO sekitar 80% anak mengalami permasalahan kesehatan seperti penyakit infeksi. Anak-anak di Indonesia rentan mengalami penyakit infeksi seperti infeksi saluran pernapasan, diare, cacingan dan lainnya (Kemenkes RI, 2019). Sehingga perlu dilakukan upaya dalam penerapan program PHBS di lingkungan sekolah tentang cuci tangan atau menjaga kesehatan tangan (*hand hygiene*), kebersihan tangan (*hand hygiene*) yang merupakan cara untuk meningkatkan kebersihan individu. Hari cuci tangan diperingati setiap tanggal 15 Oktober (Sinanto & Sitti, 2020).

Perilaku cuci tangan telah diajarkan dan diperkenalkan kepada anak-anak sejak dini. Kegiatan cuci tangan penting dilakukan karena tangan adalah anggota tubuh yang paling sering berhubungan langsung dengan mulut sehingga senantiasa harus dijaga kebersihannya, terutama sebelum dan setelah makan, buang besar dan kecil, dan sesaat sesudah dan sebelum mengolah makanan. Cuci tangan maksimal dilakukan dengan air bersih, air yang mengalir dan menggunakan sabun (Asda & Novita, 2020). Tindakan mencuci tangan bermanfaat agar tangan menjadi bersih karena dapat membunuh mikroorganisme yang ada di tangan dan telah dibuktikan dapat mencegah penyakit menular seperti infeksi yang menyebabkan diare, ISPA, Covid-19, hepatitis, tipes, flu burung, diare dan penyakit infeksi lainnya. Menurut Yusanti dkk (2020), mencuci tangan dengan memakai sabun dapat menurunkan risiko terinfeksi penyakit sebanyak 45% dan 50% menurunkan resiko diare (Kemenkes, 2015).

Menurut WHO (2016), terdapat 6 langkah dalam mencuci tangan yang baik dan benar dengan durasi 20-30 detik. Sebelum memulai terlebih dahulu basahi telapak tangan menggunakan air yang mengalir kemudian diberi sabun secukupnya (1) ratakan sabun dengan kedua telapak tangan; (2) telapak tangan di atas punggung tangan kiri dan menggosok punggung tangan kiri serta sela-sela jari tangan kiri, begitupula sebaliknya, (3) gosok kedua telapak tangan dan sela-sela jari tangan; (4) jari-jari sisi dalam kedua tangan saling mengunci (5) gosok ibu jari kiri berputar dalam genggaman tangan kanan dan lakukan sebaliknya (6) gosokkan dengan memutar ujung jari-jari tangan kanan di telapak tangan kiri dan sebaliknya. Selanjutnya bilas dengan air mengalir, lalu keringkan dengan handuk. Setelah itu menutup kran air menggunakan tangan yang dilapisi dengan handuk untuk menghindari kontak langsung dengan kran.

Anak usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menerapkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai *agen of change* untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat (Parasyanti dkk, 2020). Sehingga sanitasi sekolah juga merupakan salah satu prioritas pembangunan yang sesuai dengan tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) (WHO, 2016). Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan program PHBS cuci tangan di lingkungan sekolah SD Negeri 106165 Marindal I Deli Serdang. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk memberikan edukasi kepada siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui tindakan cuci tangan dalam kehidupan sehari-hari supaya dapat mencegah timbulnya berbagai macam penyakit yang dapat mengganggu kesehatan yang nantinya dapat mendukung pembangunan kesehatan terutama peningkatan derajat kesehatan masyarakat.

## METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan oleh Dosen dalam bidang kesehatan yang berasal dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Senior Medan. Kegiatan yang dilakukan adalah penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui tindakan cuci tangan kepada siswa/I kelas II SD Negeri 106165 Marindal I Kabupaten Deli Serdang dengan jumlah siswa sebanyak 28 orang. Metode kegiatan berupa ceramah, tanya jawab, demonstrasi dan evaluasi dengan melaksanakan kuis. Kegiatan diawali dengan pemberian pertanyaan berkaitan dengan kebersihan tangan, cara mencuci tangan yang baik dan benar, dampak tidak mencuci tangan serta sarana sekolah yang dapat digunakan untuk mencuci tangan kepada masing-masing siswa. Selanjutnya pemberian materi penyuluhan cuci tangan yang baik dan benar serta demostrasi cuci tangan yang baik dan benar berdasarkan WHO. Kemudian pemberian evaluasi kepada siswa setelah dilakukan penyuluhan.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Derajat Kesehatan yang optimal dapat dicapai dengan adanya penerapan PHBS. Pelaksanaan PHBS dapat dilakukan ditatanan sekolah. PHBS yang diterapkan berupa tindakan cuci tangan yang baik dan benar. Berdasarkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan di kelas II SD Negeri 106165 Marindal I Kabupaten Deli Serdang memberikan dampak positif terhadap pengetahuan cuci tangan yang baik dan benar dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pretset dan Posttest Siswa terhadap pemahaman tentang PHBS cuci tangan

Variabel Pertanyaan	Pretest (%)		Posttest (%)	
	Benar	Salah	Benar	Salah
Pengetahuan cuci tangan	100	0	100	0
Dampak tidak mencuci tangan	50	50	100	0
Cara mencuci tangan	64,28	35,72	100	0

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilihat dari pretest dan posttest menunjukkan bahwa siswa kelas II SD telah memiliki pemahaman dan pengetahuan cuci tangan, dampak tidak mencuci tangan serta cara mencuci tangan yang baik dan benar setelah diberikan penyuluhan. Terdapat 6 langkah cara mencuci tangan yang baik dan benar dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Enam Langkah cuci tangan pakai sabun menurut WHO

Menurut Mukminah (2016), menjelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi tindakan cuci tangan seperti pengetahuan, sikap, dukungan guru, dukungan teman, dan ketersediaan sarana cuci tangan di sekolah. Menurut Kushartanti (2012) yang menjelaskan bahwa ada tiga faktor yang mempengaruhi kemampuan anak untuk mencuci tangan pakai sabun yaitu host (contohnya seperti: umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan motivasi), environment (contohnya seperti: lingkungan fisik, lingkungan sosial, sarana kesehatan), dan agent (gaya hidup dari penggunaan sabun dalam mencuci tangan, peraturan sekolah, pola asuh orang tua, ketersediaan media pendidikan, informasi dan keberadaan UKS). Walaupun tindakan cuci tangan merupakan kegiatan yang sederhana namun memberikan dampak besar terhadap permasalahan kesehatan, seperti pencegahan penularan penyakit infeksi. Terdapat penelitian yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara personal hygiene dengan kejadian penyakit cacingan, hal ini membuktikan bahwa adanya korelasi antara cuci tangan dalam pencegahan infeksi (Zubaidi dkk, 2017). Hal yang sama juga ditemui dalam penelitian Utomo (2013), yang menyatakan ada hubungan antara perilaku cuci tangan pakai sabun dengan kejadian diare pada anak usia sekolah (Sinanto & Sitti, 2020).



Gambar 2. Dokumentasi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang penyuluhan PHBS cuci tangan kepada siswa kelas II SD Negeri 106165 Marindal I Kabupaten Deli Serdang merupakan salah satu kegiatan Pendidikan Kesehatan yang memberikan edukasi tentang cuci tangan yang baik dan benar yang bertujuan untuk pencegahan penyakit menular seperti penyakit infeksi di lingkungan sekolah. Kegiatan ini akan mendukung program Kesehatan terutama dalam meningkatkan derajat kesehatan yang akan menunjang pembangunan Kesehatan masyarakat.

### SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pengabdian ini adalah bahwa siswa perlu memahami pentingnya cuci tangan yang baik dan benar untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari yang nantinya dapat mencegah penularan penyakit infeksi. Siswa berpotensi sebagai *agen of change* untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat.

### SARAN

Perlu kesadaran diri dalam menjaga kebersihan diri melalui tindakan sederhana seperti cuci tangan di lingkungan sekolah. Adanya dukungan dari guru, teman, serta adanya sarana cuci tangan di lingkungan sekolah dapat mendukung pelaksanaan program PHBS.

### DAFTAR PUSTAKA

- Asda, P., & Sekarwat, N. (2020). Perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan kejadian penyakit infeksi dalam keluarga di wilayah desa Donoharjo kabupaten Sleman. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(01), 1-6.
- Gustina E., Fakhri A dan Wawan S. (2018). Peningkatan Perilaku Sehat pada Siswa Sekolah Dasar melalui PHBS di Desa Gondanglegi dan Pucangan, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 59-64.
- Kementerian Kesehatan RI. (2015). *Profil Kesehatan RI 2015. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2015*.
- Kemendes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia*.
- Kushartanti, R. (2012). Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku cuci tangan pakai sabun (CTPS)(studi di Sekolah Dasar Negeri Brebes 3). *Universitas Diponegoro*.
- Listiadesti A U., Salman M N dan Yesi M. (2020). Efektivitas Media Vidio Terhadap Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Sekolah: A Literature Review. *Jurnal Menara Medika*, 3(1), 54-65.
- Mukminah, N., Istiarti, V. T dan Syamsulhuda, B. M. (2016). Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Siswa SD Di Wilayah Kerja Puskesmas Banyuurip Purworejo. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 4(5), 354-361.

- Parasyanti N K V., N I luh G P Y dan I Gusti A A P M. (2020). Pendidikan Kesehatan Cuci Tangan Pakai Sabun dengan Video Terhadap Kemampuan Cuci Tangan Pada Siswa SD. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 122-130.
- Sinanto R A dan Sitti N D. (2020). Efektivitas Cuci Tangan Menggunakan Sabun Sebagai Upaya Pencegahan Infeksi: Tinjauan Literatur. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 8(2), 96-111.
- Utomo A M., Dera A dan 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 FIKkeS*, 6(1), 15-23.
- Wikurendra E A. (2018). Pengaruh Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun Terhadap Sikap Mencuci Tangan Siswa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 7(2): 64-69.
- World Health Organization. (2016). *Core questions and indicators for monitoring WASH in Schools in the Sustainable Development Goals*. Geneva.
- Yusanti L., Kurnia D dan Yetti P. (2020). Pendidikan Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Tentang Cuci Tangan yang Benar di SD Negeri 24 Kota Bengkulu. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 384-389.
- Zubaidi, M. M., Hariyanto, T., & Ardiyani, V. M. (2017). Hubungan personal hygiene (cuci tangan menggunakan sabun) dengan kejadian penyakit cacangan pada anak kelas I-VI MI Nahdlatul Wathan (NW) Bimbi Desa Rensing Raya Kec. Sakra Barat Kab. Lombok Timur. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3), 360-367.