



PENDIDIKAN KESEHATAN: MENJAGA KEBERSIHAN DIRI

Jeki Refialdinata^{1*}, Nova Rita², Mandria Yundelfa³, Nurhaida⁴, Najwa Nursabila⁵
Prodi DIII Keperawatan Politeknik 'Aisyiyah Sumatera Barat
Email : jekirefialdinata@gmail.com

ABSTRAK

Kebersihan diri yang buruk menjadi salah satu penyebab meningkatnya kasus penyakit menular pada anak usia sekolah. Penelitian telah mengungkapkan bahwa pengetahuan dan penerapan perilaku hidup bersih pada sebagian besar anak usia sekolah dasar termasuk dalam kategori kurang baik. Menurut keterangan dari guru SDN 14 Tabing Banda Gadang Kota Padang, penyuluhan tentang kebersihan diri sudah lama tidak dilakukan terhadap siswa sekolah, sehingga mudah dijumpai dilingkungan sekolah siswa yang berkuku panjang dan tidak mencuci tangan terlebih dahulu sebelum makan setelah bermain. Berdasarkan permasalahan tersebut, sebagai upaya meningkatkan kesadaran akan pentingnya kebersihan diri pada siswa maka dilakukan kegiatan berupa pemberian edukasi tentang kebersihan diri. Edukasi diberikan dengan metode ceramah menggunakan media berupa *powerpoint*.

Keywords: Pendidikan Kesehatan; menjaga kebersihan diri, siswa sekolah dasar

ABSTRACT

Poor personal hygiene is one of the causes of increasing cases of infectious diseases in school-aged children. Research has revealed that the knowledge and application of clean living behavior among the majority of elementary school age children is in the poor category. According to information from a teacher at SDN 14 Tabing Banda Gadang, Padang City, education about personal hygiene has not been given to school students for a long time, so it is easy to find students in the school environment who have long nails and do not wash their hands before eating after playing. Based on these problems, as an effort to increase awareness of the importance of personal hygiene among students, activities were carried out in the form of providing education personal hygiene. Education is provided using the lecture method using media in the form of PowerPoint.

Keywords: Health Education; maintaining personal hygiene, elementary school students.

PENDAHULUAN

Kebersihan diri merupakan faktor yang signifikan dalam memelihara kesehatan individu dan masyarakat secara umum. Penelitian menunjukkan bahwa kebersihan diri yang buruk menjadi salah satu penyebab meningkatnya kasus penyakit menular seperti diare, influenza, dan infeksi saluran pernapasan pada anak sekolah [1-4].

Data yang berkaitan dengan masalah kebersihan diri masih terbatas. Data dari Depkes RI tahun 2011 menunjukkan bahwa kejadian prevalensi kasus kecacingan pada anak SD di Indonesia sebanyak 24,1% dan prevalensi penyakit infeksi kulit pada daerah pedesaan sebesar 65%. Sementara

itu hasil survei oleh Ditjen Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan (P2PL) Departemen Kesehatan tahun 2009 menemukan 31,8% kasus kecacingan. Permasalahan tersebut disebabkan oleh kondisi lingkungan yang kotor dan perilaku hidup masyarakat yang tidak sehat [5].

Penelitian sebelumnya telah mengungkapkan bahwa pengetahuan dan penerapan perilaku hidup bersih pada sebagian besar anak usia sekolah dasar termasuk dalam kategori kurang baik [6-7]. Sebagian besar anak sekolah tidak cukup menyadari kebutuhan mereka yang berhubungan dengan kesehatan seperti pola makan seimbang, dan kebersihan diri, latihan fisik, dan lain-lain. Jika kondisi ini

dibiarkan maka akan berdampak pada pemeliharaan kesehatan mereka seumur hidup.

Hasil survei yang dilakukan diperoleh data bahwasanya SDN 14 Tabing Banda Gandang Kota Padang sudah lama tidak memberikan pendidikan kesehatan tentang kebersihan diri pada siswa. Hasil observasi menunjukkan adanya siswa yang memiliki kuku yang panjang dan tidak mencuci tangan sebelum mengonsumsi makanan setelah bermain. Berlandaskan permasalahan ini maka dilaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendidikan kesehatan tentang menjaga kebersihan diri bagi siswa sekolah dasar.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) dengan topik menjaga kebersihan diri dilaksanakan di SDN 14 Tabing Banda Gadang Kota Padang Provinsi Sumatera Barat pada bulan Februari 2023. Peserta yang terlibat pada kegiatan PkM berjumlah 54 orang siswa, berasal dari kelas V dan VI. PkM dilakukan dengan 3 tahapan, meliputi tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Tahap perencanaan dimulai dengan melakukan survei untuk mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi mitra. Survei dilakukan dengan melakukan wawancara terhadap mitra dan mengobservasi lingkungan. Mengacu pada hasil survei dan kesepakatan dengan mitra, ditetapkan kegiatan yang akan dilaksanakan yaitu penyuluhan kesehatan pada siswa

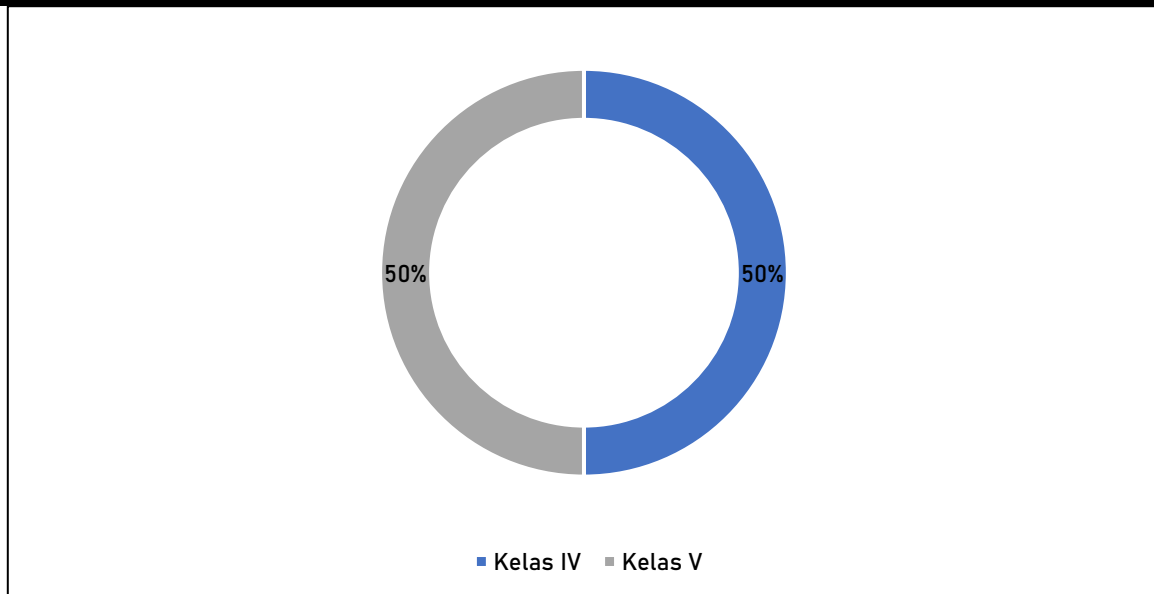
tentang menjaga kebersihan diri. Pada tahap ini juga dilakukan penelusuran informasi pada artikel ilmiah untuk menentukan metoda dan media yang akan digunakan pada kegiatan PkM, serta memilih cakupan materi kebersihan diri yang sesuai bagi siswa sekolah dasar untuk dimuat di dalam media *powerpoint*. [8-10]

Pelaksanaan kegiatan PkM dimulai dengan mengevaluasi pengetahuan siswa tentang manfaat dan cara menjaga kesehatan diri. Selanjutnya melalui metode ceramah dan penggunaan media *powerpoint* dilakukan penyuluhan terhadap siswa SDN 14 Tabing Banda Gadang Kota Padang tentang menjaga kebersihan diri.

Tahap evaluasi dilakukan untuk menilai kesesuaian antara pelaksanaan dan perencanaan kegiatan PkM, serta menilai tingkat pemahaman siswa terhadap materi penyuluhan yang disampaikan. Pemahaman siswa dinyatakan baik jika mereka mampu menyebutkan kembali tujuan dan cara menjaga kesehatan diri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PkM dimulai dengan perkenalan diri anggota PkM Prodi D3 Keperawatan Politeknik 'Aisyiyah Sumatera Barat. Selanjutnya pemateri mengidentifikasi peserta berdasarkan asal kelas. Gambar 1 menunjukkan bahwa persentase jumlah peserta PkM dari kelas IV dan V adalah sama (50%).



Gambar 1. Karakteristik peserta PkM

Cakupan materi pendidikan kesehatan tentang menjaga kebersihan diri yang dimuat pada *powerpoint* yaitu: 1) pengertian kebersihan diri, 2) pentingnya menjaga kebersihan diri, 3) cara menjaga kebersihan diri, 4) pemilihan pakaian yang bersih. Sebelum materi disampaikan dengan metode ceramah dan memanfaatkan media *powerpoint*, pemateri terlebih dahulu mengevaluasi pengetahuan siswa tentang manfaat dan cara menjaga kebersihan diri. Pemateri memilih 3 orang siswa secara acak untuk menjawab pertanyaan. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa siswa hanya mampu menyebutkan sikat gigi dan mandi sebagai upaya untuk menjaga kebersihan diri. Sementara kebiasaan mencuci tangan, memotong kuku, dan memakai pakaian yang bersih tidak diungkapkan oleh siswa yang ditunjuk.

Setelah diperoleh hasil evaluasi awal, selanjutnya pemateri menjelaskan kepada siswa tentang manfaat dan cara menjaga kebersihan diri. Pemateri memberi kesempatan siswa untuk bertanya pada setiap bahasan.

Penyuluhan yang dilaksanakan diikuti dengan antusias oleh peserta. Materi yang terdapat pada Ppt disesuaikan dengan usia peserta, menggunakan pendekatan yang interaktif dan menarik. Pada akhir kegiatan PkM, pemateri kembali mengevaluasi pemahaman siswa tentang manfaat dan cara menjaga kesehatan diri termasuk hal-hal yang menjadi perhatian ketika menjaga kebersihan tangan, kuku, mandi, kebersihan gigi, dan pemilihan pakaian.

Hasil evaluasi diperoleh bahwa siswa mampu mengidentifikasi manfaat dan cara menjaga kebersihan diri termasuk hal-hal yang harus diperhatikan ketika menjaga kebersihan tangan, kuku, mandi, kebersihan gigi, dan pemilihan pakaian. Siswa saling melengkapi jawaban dari siswa lainnya dalam menanggapi pertanyaan pemateri. Hal ini menjelaskan bahwa telah terjadi peningkatan pemahaman siswa SDN 14 Tabing Banda Gadang Kota Padang tentang kebersihan diri.



Gambar2. Dokumentasi Kegiatan PkM di SDN SDN 14 Tabing Banda Gadang Kota Padang

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan kesehatan tentang menjaga kebersihan diri telah memberi dampak positif bagi siswa SDN SDN 14 Tabing Banda Gadang Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. Mereka menjadi paham mengenai pentingnya menjaga kebersihan diri.

Penelitian telah menjelaskan bahwa kebersihan diri yang baik memiliki dampak positif terhadap kesehatan fisik dan mental. Menjaga kebersihan diri dapat mengurangi risiko terkena penyakit menular, meningkatkan kesehatan kulit, mengurangi stress dan kecemasan, serta meningkatkan produktifitas dan kualitas hidup. Agar siswa memperoleh manfaat dari menjaga kesehatan diri untuk saat ini dan masa yang akan datang maka upaya awal yang dapat

dilakukan adalah mengenalkan mereka cara yang tepat dalam menjaga kebersihan diri. Bentuk kegiatan yang dapat dilakukan adalah berupa penyuluhan kesehatan yang dilaksanakan secara berkesinambungan. Kebiasaan yang ditanamkan pada masa anak-anak akan dibawa hingga mereka dewasa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada pihak SDN 17 Gunung Pangilun Kota Padang yang telah bersedia untuk menjadi mitra, sehingga PkM dengan topik “pendidikan kesehatan: menjaga kebersihan diri” dapat terlaksana.

DAFTAR PUSTAKA

1. Boshra, A., & Mariod, A. (2021). Effect of health education about



- personal hygiene on student's health in primary school. *Journal of International Health Sciences and Management*, 7(13), 83-89.
2. Yoo, H. J., & Song, E. (2021). Effects of personal hygiene habits on self-efficacy for preventing infection, infection-preventing hygiene behaviors, and product-purchasing behaviors. *Sustainability*, 13(17), 9483.
 3. Rasulovala, N., Aminova, A., & Nazarov, S. (2023). ISSUES OF STUDYING PERSONAL HYGIENE AMONG YOUTH STUDENTS. *Science and innovation*, 2(D5), 153-155.
 4. Rahman, M. M., Ali, M. A., Parvez, A., Shahriar, M., Rahman, T., & Shameem, D. (2019). Knowledge and practice of personal hygiene among primary school students in Dhaka, Bangladesh. *Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 11(9), 3140-3144.
 5. Fatmawati, T. Y. (2018). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang personal hygiene pada anak usia sekolah di SDN 206/IV Kota Jambi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 7(1), 10-16.
 6. Fatmawati, T. Y., & Fitriawati, F. (2017). Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Siswa-Siswi Tentang Personal Hygiene Di SD Negeri Kota Jambi. *Scientia Journal*, 6(1), 37-47.
 7. Silalahi, V., & Putri, R. M. (2018). Personal hygiene pada anak SD Negeri Merjosari 3. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, 2(2), 15-23.
 8. Amanda, S., Rosidin, U., & Permana, R. H. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan senam diabetes melitus terhadap pengetahuan kader kesehatan. *Media Karya Kesehatan*, 3(2).
 9. Diana, I., & Tresnayanti, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Tentang Sadari Pada Remaja Putri Kelas Viii Di Smp Perjuangan Terpadu Kota Depok Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Dan Kebidanan (Journal Of Health And Midwifery)*, 10(2), 1-14.
 10. Ramdaniati, S. N., & Somantri, U. W. (2022). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Tentang Covid-19 pada Siswa SMK Budi Utama Panimbang, Pandeglang. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(2), 189-193