

PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT SISWA TK AISIYIAH BUSTANUL ATHFAL PRAMBATAN LOR, KALIWUNGU, KUDUS

Ika Tristanti

DIII Kebidanan,
STIKES Muhammadiyah Kudus
ikatristanti@stikesmuhkudus.ac.id

Noor Hidayah

S1 Keperawatan,
STIKES Muhammadiyah Kudus
Noorhidayah@stikesmuhkudus.ac.id

Abstrak

Banyak penyakit yang terjadi disebabkan oleh buruknya perilaku hidup dari masyarakat sendiri. Termasuk di dalamnya adalah penyakit yang dialami oleh siswa taman kanak-kanak. Di TK Asisyiyah Bustanul Athfal Prambatan Lor, rata-rata setiap minggu ada siswa yang tidak masuk sekolah karena sakit, antara lain: diare, batuk pilek, tipus, dll. Hasil observasi diketahui bahwa: siswa belum bisa mencuci tangan secara benar, siswa tidak terbiasa melakukan cuci tangan, di kelas belum tersedia fasilitas cuci tangan, siswa terbiasa jajan sembarangan di depan sekolah, siswa tidak buang sampah di tempat sampah, banyak siswa susah makan dan lebih sering jajan makanan instan di warung. Metode pelaksanaan : promotif dengan cara memberikan penyuluhan perilaku hidup bersih sehat pada siswa TK melibatkan siswa dan orangtuanya, memfasilitasi tempat cuci tangan bersih di setiap kelas, membentuk gugus awas kebersihan di sekolah yang terdiri dari guru, siswa dan penjual makanan. Hasil pelaksanaan kegiatan antara lain: pengetahuan dan kesadaran siswa tentang perilaku hidup bersih sehat meningkat, siswa sudah mempraktikkan cuci tangan bersih sebelum dan sesudah makan, gugus awas kebersihan di sekolah sudah terbentuk dan berfungsi. Perilaku hidup bersih sehat siswa TK meliputi: cuci tangan, membuang sampah pada tempatnya, menggosok gigi, menghindari asap rokok, makan makanan bergizi, buang air besar dan kecil di kamar mandi, memotong kuku, menyikat sepatu, membersihkan pakaian. Kesimpulan: dengan pelaksanaan pengabdian masyarakat oleh dosen STIKES Muhammadiyah Kudus di TK ABA Prambatan Lor, maka terjadi perubahan perilaku bersih sehat siswa TK ABA yang semula tidak sehat menjadi perilaku yang sehat.

Kata Kunci: Peningkatan, Perilaku bersih sehat, Siswa

Abstract

Many diseases include the kindergarten student diseases were caused by bad living behavior. There are many student didn't go to school because of illness, including: diarrhea, cold cough, typhus, etc every week in TK Asisyiyah Bustanul Athfal Prambatan Lor. The observation results revealed that: students were not able to wash their hands properly, students were not used to washing hands, hand washing facilities were not available in class, students were accustomed to snacking in front of the school, students did not dispose of garbage in the trash, many students had difficulty eating and more often snack on instant food at the stall. The method of implementation: promotive by providing information on clean and healthy behaviors for kindergarten students involving students and their parents, facilitating clean hand washing places in each class, forming a hygiene alert group in schools consisting of teachers, students and food sellers. : students' knowledge and awareness about the behavior of a clean and healthy life increases, students have practiced clean hand washing before and after meals, hygiene alert groups in schools have been formed and functioning. Healthy hygiene behavior of kindergarten students includes: washing hands, disposing garbage in place, brushing teeth, avoiding cigarette smoke, eating nutritious food, defecating and defecating in the bathroom, cutting nails, brushing shoes, cleaning clothes. Conclusion: with the implementation of community service by the Muhammadiyah Kudus STIKES lecturer at TK Prambatan Lor, there was a change in the healthy behavior of TK ABA students who were initially unhealthy into healthy behavior.

Keywords: Clean and healthy behavior, improvement, students.

I. PENDAHULUAN

A. Analisis situasi

Golden age merupakan suatu periode emas bagi pertumbuhan dan perkembangan anak termasuk anak pada usia dini. Usia dini adalah usia antara 0-8 tahun yang menjadi dasar atau pondasi untuk pertumbuhan dan perkembangan di usia selanjutnya. Pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini sangat dipengaruhi oleh kondisi perkembangan fisik dan psikis anak. Keadaan kesehatan fisik dan psikis akan terwujud jika anak dalam kondisi sehat fisik maupun psikis, mampu berfikir sehat dan mampu mengekspresikan emosinya secara baik. Tetapi ternyata banyak anak usia dini yang mengalami permasalahan kesehatan atau sakit yang terkait kondisi fisik maupun psikisnya. Permasalahan kesehatan fisik seperti sakit batuk pilek, diare, demam, malnutrisi, kejang, dll. Permasalahan kesehatan psikis seperti stress, tantrum, depresi, dll. Agar keadaan kesehatan anak terjaga maka perlu adanya upaya untuk menjaga kesehatannya. Orang tua dan guru di sekolah harus selalu memperhatikan keadaan kesehatan anak untuk mendukung pencapaian kondisi kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal.

Anak usia dini cenderung lebih sering dilayani dalam bidang kesehatan dibandingkan dengan orang dewasa. Hal itu disebabkan oleh beberapa hal antara lain: secara usia daya tahan tubuhnya belum terlalu kuat sehingga rentan sakit, anak belum mandiri sehingga masih membutuhkan bantuan untuk memenuhi setiap kebutuhannya. Oleh sebab itu, anak usia dini harus dibiasakan hidup mandiri termasuk dalam upaya menjaga kesehatan dengan cara mengajarkan mereka melakukan personal hygiene seperti mandi sendiri, gosok gigi sendiri, mandi sendiri, cebok sendiri. Selain itu juga penting diberikan pemahaman yang benar tentang perilaku hidup bersih sehat yang lain seperti menjaga pola dan kualitas makanan yang dikonsumsi, cuci tangan sebelum dan sesudah makan, selalu membuang sampah pada tempatnya, dll. Walaupun dalam proses pemahaman tidak dapat secara langsung dimengerti tetapi proses pemahaman dan implementasi harus selalu diberikan dan didampingi oleh orangtua maupun guru di sekolah.

Tujuan utama menanamkan perilaku hidup bersih sehat pada anak usia dini adalah untuk

membentuk perilaku hidup sehat sebagai pondasi perilaku mereka di masa yang akan datang yang akan mendukung terhadap status kesehatan mereka. Selain itu, dengan mempraktikkan perilaku hidup sehat maka diharapkan anak akan terjaga dan terhindar dari penyakit yang mempengaruhi proses belajarnya dan akhirnya bisa mempengaruhi kecerdasan anak tersebut. PHBS merupakan hal yang sudah diketahui umum tetapi untuk mempraktikkan tidak semudah hanya mengetahuinya saja. PHBS merupakan salah satu strategi dalam upaya penghematan anggaran negara karena mampu mengurangi beban Negara dalam hal pembiayaan kesehatan warganya. Kesehatan dapat diwujudkan jika masyarakat mau mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi sehat dan selalu menjaga dan meningkatkan status kesehatannya. Pada anak usia dini, PHBS tidak hanya dilaksanakan di lingkungan rumah tetapi juga dilaksanakan di lingkungan sekolah karena waktu anak sebagian juga dihabiskan di lingkungan sekolah.

Perilaku hidup bersih sehat pada anak usia dini dapat dimulai dengan selalu menjaga kebersihan diri dan lingkungan serta melalui pemberian makanan yang bergizi. Melalui pendidikan anak usia dini juga akan menanamkan kebiasaan hidup bersih sehat yang akan sangat bermanfaat bagi kesehatannya baik fisik maupun psikis. Pada hakikatnya pendidikan anak usia dini lebih ditekankan untuk memberikan rangsangan terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak sesuai tahapan perkembangan anak itu sendiri. Selain itu, pendidikan anak usia dini juga sebagai media untuk menumbuhkan kemandirian anak dalam memenuhi kebutuhannya dan menjaga kesehatan tubuhnya.

Sekolah anak usia dini atau taman kanak-kanak Aisyiyah Bustanul Athfal Prambatan Lor Kudus mempunyai 96 siswa yang terdiri dari kelompok bermain dan taman kanak-kanak. Berdasarkan hasil pengamatan, belum ada sarana cuci tangan yang tersedia di setiap kelas, sampah tercecer di halaman sekolah, masih banyak pedagang kaki lima yang berjualan makanan di depan sekolah. Selain itu, hasil wawancara dengan guru, diketahui bahwa sering ada siswa yang ijin tidak masuk sekolah karena sakit.

B. Permasalahan

Pelaksanaan program perilaku hidup bersih sehat di Taman Kanak-kanak merupakan kebutuhan yang wajib dipenuhi karena anak usia dini adalah kelompok rentan terkena penyakit. Perilaku hidup bersih sehat di sekolah adalah rangkaian kegiatan yang dilaksanakan tidak hanya oleh siswa saja tetapi juga oleh guru dan

masyarakat di lingkungan sekolah sehingga mampu meningkatkan kemandirian dalam pencegahan penyakit. Permasalahan yang ditemukan di TK ABA Prambatan Lor adalah siswa belum bisa mencuci tangan secara benar, siswa tidak terbiasa melakukan cuci tangan, di kelas belum tersedia fasilitas cuci tangan, siswa terbiasa jajan sembarangan di depan sekolah, siswa tidak buang sampah di tempat sampah, banyak siswa susah makan dan lebih sering jajan makanan instan di warung.

C. Solusi yang ditawarkan

Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di TK ABA Prambatan Lor dengan memberikan pendidikan kesehatan dan pelatihan kepada siswa untuk mampu menerapkan perilaku hidup bersih sehat di sekolah.

D. Target Luaran

Hasil yang diharapkan dari pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Meningkatnya pemahaman siswa tentang PHBS
2. Siswa mampu mempraktikkan PHBS di lingkungan sekolah.

II. PELAKSANAAN DAN METODE

A. Khalayak Sasaran

Sasaran utama dalam kegiatan pengabdian pada masyarakat ini adalah siswa TK ABA Prambatan Lor berjumlah 96 siswa.

B. Metode Kegiatan

Metode yang digunakan adalah pemberian penyuluhan dengan metode bercerita dan role play. Pembentukan gugus awas kebersihan di sekolah bersama guru dan penjual makanan di lingkungan sekolah.

C. Realisasi Pemecahan Masalah

Dalam menyelesaikan masalah yang ada yang berhubungan dengan peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa tentang PHBS maka dilaksanakan pendidikan kesehatan dan pelatihan pada siswa TK ABA Prambatan Lor. Pembentukan gugus awas kebersihan di sekolah bersama guru dan penjual makanan di lingkungan sekolah.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil kegiatan

Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat ini diawali dengan perijinan pelaksanaan kegiatan pengabdian pada masyarakat di TK ABA Prambatan Lor Kudus. Pengabdian masyarakat dilaksanakan selama 1 hari pada tanggal 23 Agustus 2018. Peserta berjumlah 96 siswa.

Kegiatan ini diawali dengan menilai sejauh mana siswa mengetahui tentang perilaku hidup

bersih sehat. Setelah menilai tingkat pengetahuan siswa tentang PHBS kemudian tim melakukan pendidikan kesehatan tentang PHBS khususnya cara mencuci tangan yang benar, buang sampah pada tempatnya, jenis jajanan sehat untuk anak, makanan bergizi untuk anak. Setelah mendapat pendidikan kesehatan dan pelatihan tentang PHBS kemudian melakukan evaluasi tingkat pengetahuan dan ketrampilan siswa dalam melaksanakan PHBS.



Pendukung dan Penghambat Kegiatan

Keberhasilan kegiatan ini tidak terlepas dari adanya dukungan dari kepala sekolah serta guru setempat yang telah memfasilitasi Tim pelaksana untuk berkomunikasi dengan peserta kegiatan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan lancar. Namun kegiatan ini juga tidak lepas dari adanya kekurangan seperti keterlambatan peserta menghadiri kegiatan sehingga kegiatan harus dilaksanakan dalam waktu yang lebih terbatas.

IV. KESIMPULAN

Hasil pengabdian pada masyarakat dalam yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan pengetahuan siswa tentang PHBS
2. Siswa lebih mandiri dalam melaksanakan PHBS untuk mencegah penyakit dan meningkatkan status kesehatannya
3. Perlu adanya evaluasi dan tindak lanjut setelah dilakukan pengabdian masyarakat ini.

4. Perlu adanya pemberian informasi kesehatan yang lain agar ilmu pengetahuan yang dimiliki siswa semakin meningkat.

DAFTAR PUSTAKA

Anam Priyatno. 2014. 7 Langkah Cara Mencuci Tangan Yang Benar Menurut WHO. <http://www.sditmadani.sch.id/2014/01/7-langkah-caramencuci-tangan-yang.html>.

Arifiyanto. 2008. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). <https://creasoft.wordpress.com/2008/07/29/perilaku-hidup-bersih-dansehat-phbs/>.

Ashish Joshi and Chioma Amadi. 2013. Impact of Water, Sanitation, and Hygiene

Interventions on Improving Health Outcomes among School Children. Hindawi Publishing Corporation, (2013): 1-2.

Endry Wijayanti, AMK. 2014. Pentingnya Cuci Tangan. <http://www.sitikhodijah.com/index.php/article/id/30/PENTINGNYA+CUCI+TANGAN>.

Ferrel Rodge Raintama. 2013. Perbedaan Pemahaman Tujuh Langkah Mencuci Tangan Setelah Proses Pembelajaran Antara Metode Bermain Dengan Flashcard Dan Metode Bernyanyi Pada Anak Tk Laboratori Unai. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia (2):5-6.

Fivi Melva Diana, Falrina Susanti, Asep Irfan. 2013. Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Pubs) Di Sd Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. (8): 50.