PELATIHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK DI TAMAN BACA KUDI

Adita Silvia Fitriana[1)],Dina Febrina[2)],Siti Haniyah[3)]
[1]Prodi Farmasi S1, STIKES Harapan Bangsa
email:aditasilvia@gmail.com
[2]Prodi Farmasi S1, STIKES Harapan Bangsa
email:febrinadina22@gmail.com
[3]Prodi Keperawatan S1, STIKES Harapan Bangsa
email:hani_albantuli@yahoo.co.id

Abstrak

Kesehatan merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia, tanpa kesehatan manusia tidak dapat melakukan aktivitasnya dengan baik.Anak adalah agen of change yang dapat mempromosikan kesehatan baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat sekitar sehingga dapat tercipta sumber daya manusia yang berkualitas, sadar, mau, dan mampu untuk hidup sehat. Beberapa permasalahan kesehatan yang sering muncul pada anak-anak di Dusun Cunil antara lain diare, cacingan, dan sakit gigi.Permasalahan tersebut disebabkan oleh kurangnya perhatian terhadap kebersihan diri dan lingkungan. Salah satu upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut yaitu dengan memberikan informasi dan pelatihan tentang cara hidup bersih dan sehat pada anak. Kegiatan pelatihan PHBS ini diikuti oleh 53 anak usia 4-12 tahun, dilakukan menggunakan media video, poster, dan alat peraga. Hasil monitoring kegiatan PHBS menunjukkan bahwa anak-anak di Dusun Cunil telah melaksanakan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci:*PHBS, anak, kesehatan*

Abstract

Health is one of the important aspects in human life, without health human can not perform its activities properly. Children are agents of change that can promote health in their family, school, and communities so it can be created the qualified human resources, conscious, willing and able to live healthy. Some health problems that often appear in children of Dusun Cunil are diarrhea, worms, and toothache. These problems are caused by a lack of attention to personal and environment hygiene. One of the efforts to overcome these problems is providing information and training on how to live clean and healthy in children. This PHBS training activity was attended by 53 children, aged 4-12 years, conducted using video, posters, and phanthom. The monitoring result of PHBS activity indicates that the children in Dusun Cunil have implemented PHBS in their daily life.

Keywords:*PHBS, children, health*

1.PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan salah satu fokus utama pembangunan manusia.Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menggalakkan berbagai program untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat melalui upaya-upaya kesehatan dan pemberdayaan masyarakat (Kemenkes, 2015).

Menurut Permenkes RI No. 39 Tahun 2016, pelaksanaan Program Indonesia Sehat dilakukan dengan mengintegrasikan upaya kesehatan perorangan dan upaya kesehatan masyarakat secara berkesinambungan dengan target keluarga, dimana keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang di dalamnya terdapat anak-anak. Masa kanak-kanak merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai penting,

termasuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga ketika mereka dewasa dan hidup berkeluarga dapat membentuk keluarga sehat dan tercipta masyarakat serta lingkungan yang sehat.

PHBS adalah perilaku kesehatan yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sendiri sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kemenkes, 2011).Beberapa perilaku yang dapat dipraktikkan anak-anak dalam rangka perwujudan PHBS dalam kehidupan sehari-hari antara lain mencuci tangan dengan sabun, mandi dan menggosok gigi setiap hari, membuang sampah di tempat sampah, tidak merokok, tidak meludah di sembarang tempat, tidak mengkonsumsi Narkotika, Alkohol, Psikotropika dan Zat Adiktif lainnya (NAPZA), dan lain-lain.

Manfaat penerapan PHBS dalam keluarga yaitu terwujudnya rumah tangga dengan derajat kesehatan yang meningkat dan tidak mudah terserang penyakit serta meningkatnya produktivitas kerja setiap anggota keluarga. Selain itu, manfaat bagi masyarakat adalah masyarakat mampu mencegah dan menanggulangi timbulnya penyakit dan masalah-masalah kesehatan lain (Habeahan, 2009).

Beberapa penyakit yang sering muncul akibat rendahnya PHBS dalam kehidupan sehari-hari antara lain penyakit diare, disentri, cacingan, thypus, demam berdarah, karies gigi, dan penyakit kulit.Selain beberapa permasalahan kesehatan tersebut, kurangnya pengetahuan tentang PHBS dapat meningkatkan jumlah perokok.Saat ini merokok tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa saja tetapi juga remaja dan anak-anak (BPS, 2016). Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, sebesar 85% rumah tangga di Indonesia terpapar asap rokok dan fenomena merokok telah dilakukan mulai usia 5 tahun (InfoDatin, 2015). Sebesar 1,17% anak usia 5-17 tahun merokok setiap hari dan 0,33% anak merokok dengan frekuensi kadang-kadang (BPS, 2016).

Permasalahan kesehatan yang kerap muncul pada anak-anak di Dusun Cunil Kecamatan Patikraja Kabupaten Banyumas antara lain diare dan sakit gigi. Sebagian besar anak-anak mempunyai gigi yang berlubang dan kuku panjang yang berpotensi menyebabkan cacingan.Selain itu, di lingkungan tersebut terdapat banyak penduduk dewasa yang gemar merokok.

Oleh karena itu, perlu dilakukan pengabdian masyarakat berupa pemberian pendidikan kesehatan sedini mungkin pada anak yang bertujuan untuk menanamkan dan memberikan pengetahuan tentang PHBS sehingga dapat mencegah timbulnya berbagai permasalahan kesehatan dan meminimalisir atau memutus perilaku yang tidak sehat. Pendidikan kesehatan dapat dilakukan dengan memberikan informasi mengenai cara dan arti pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat serta memberikan pelatihan-pelatihan sebagai perwujudan PHBS, misalnya pelatihan cara mencuci tangan dengan sabun dan cara menggosok gigi yang benar.

2.METODEPENELITIAN

a. Persiapan
   1) Survey lokasi dan analisis permasalahan mitra
   2) Mengurus perizinan dan koordinasi
   3) Menyiapkan materi pelatihan
   4) Pembuatan poster dan menyiapkan sarana kegiatan lainnya

b. Pelaksanaan

1) Sosialisasi PHBS

2) Permainan

3) Demonstrasi cara membersihkan diri

4) Praktik cara mencuci tangan dan menggosok gigi

c. Monitoring dan evaluasi pelaksanaan PHBS

Sosialisasi dan pelatihan PHBS dilakukan dengan metode ceramah menggunakan media poster, video dan phantom serta praktik langsung.

3.HASIL DANPEMBAHASAN

Kegiatan pelatihan PHBS dilakukuan selama satu hari, yaitu pada hari Minggu tanggal 16 Juli 2017 bertempat di Taman Baca KUDI Dusun Cunil, Desa Pegalongan, Kecamatan Patikraja, Kabupaten Banyumas. Kegiatan ini diikuti oleh 53 anak usia 4-12 tahun.

Pelaksanaan pelatihan PHBS diawali dengan sosialisasi cara dan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Sosialisasi dilakukan dengan metode ceramah dan tanya jawab menggunakan media poster, video dan *phantom*. Pemilihan media tersebut bertujuan untuk merangsang minat anak-anak agar memperhatikan dan dapat dengan mudah memahami materi yang disampaikan (Muthmainnah, 2013). Selain itu juga diadakan games yang berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai materi yang diajarkan.

Peserta pelatihan selanjutnya diajarkan tentang cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar. Sebagian anak usia sekolah dasar telah mengetahui cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar namun pada praktiknya mereka tidak melaksanakannya dengan tepat dalam kehidupan sehari-hari. Pada kegiatan ini, anak-anak dipandu untuk mencuci tangan dengan sabun sesuai dengan tujuh langkah mencuci tangan yang benar menurut WHO (*World Health Organization*) dan cara menggosok gigi yang benar.Mencuci tangan menggunakan sabun dan dengan cara yang benar sangat efektif dalam mencegah penyebaran penyakit yang disebabkan oleh lingkungan dan perilaku manusia, misalnya diare (Utomo, dkk., 2013).

Para peserta pelatihan setelah mengetahui tentang cara dan pentingnya PHBS diharapkan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Untuk mengetahui pelaksanaan PHBS peserta pelatihan dilakukan monitoring pada tanggal 20 Agustus 2017, kurang lebih satu bulan setelah pelaksanaan pelatihan. Monitoring dilakukan melalui pengisian kuisioner dan wawancara dengan peserta atau orang tua peserta pelatihan untuk anak usia di bawah 6 tahun. Materi kuisioner dan wawancara berisi pertanyaan-pertanyaan mengenai pelaksanaan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, seperti waktu mencuci tangan dan menggosok gigi, penggunaan sabun saat mencuci tangan dan mandi, frekuensi mandi, menggosok gigi dan memotong kuku, tempat buang air besar dan membuang sampah.

Hasil monitoring menunjukkan bahwa anak-anak di Dusun Cunil secara umum telah menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, seperti mencuci tangan pakai sabun, mencuci tangan sebelum makan dan setelah buang air besar maupun kecil, mandi dan menggosok gigi dua kali sehari, keramas menggunakan sampo, buang air besar di WC serta membuang sampah pada tempatnya.

Pelaksanaan PHBS di Dusun Cunil masih perlu ditingkatkan lagi karena sebagian besar anak-anak masih belum

mencuci tangan dan kaki serta menggosok gigi sebelum tidur.Selain itu masih terdapat beberapa anak yang tidak mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain dengan hewan peliharaan. Pelaksanaan PHBS sangat berperan dalam peningkatan kesehatan karena dapat mencegah terjangkitnya penyakit menular yang disebabkan oleh bakteri, virus, maupun kuman lainnya (Nawawinetu dan Prasetya, 2016).

Hasil pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa perilaku dan tindakan seseorang sangat dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimiliki. Makin tinggi tingkat pengetahuan anak tentang pelaksanaan PHBS maka pelaksanaannya akan baik, begitu juga sebaliknya makin rendah pengetahuan anak tentang pelaksanaan PHBS maka akan rendah juga hasilnya (Diana, dkk., 2013).

4.KESIMPULAN

Kegiatan pelatihan PHBS telah dilakukan selama satu hari, meliputi sosialisasi PHBS dan pelatihan cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar. Secara umum anak-anak di Dusun Cunil telah mengetahui dan menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari namun penerapannya masih perlu ditingkatkan kembali.

5.REFERENSI

BPS.2016. *Profil Kesehatan Ibu dan Anak 2015.*http://www.bps.go.id/resources/download/general/. Diakses tanggal 20 Maret 2017.

Diana, F.M., Susanti, F., dan Irfan A. 2013.Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun.*Jurnal Kesehatan Masyarakat.*8 (1): 46-51.

Habeahan, J. 2009. *Pengetahuan, Sikapdan Tindakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak-anak di Yayasan Panti Asuhan Rapha-El Simalingkar Kecamatan Medan Tuntungan Kota Medan Tahun 2009.Skripsi*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatera Utara, Medan.

InfoDatin. 2015. *Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia Berdasarkan Riskesdas 2007 dan 2013.*http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/infodatin/infodatin-hari-tanpa-tembakau-sedunia.pdf.Diakses tanggal 21 Maret 2017.

Kementerian Kesehatan RI. 2011. *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).*http://promkes.depkes.go.id/wp-content/uploads/pdf/buku_pedoman/pedoman_umum_PHBS.pdf.Diakses tanggal 20 Maret 2017.

Kementerian Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar.* http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf .Diakses tanggal 20 Maret 2017.

Kementerian Kesehatan RI.

2015.*Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019.*http://www.depkes.go.id/resources/download/info-publik/Renstra-2015.pdf. Diakses tanggal 20 Maret 2017.

Muthmainnah. 2013. Pemanfaatan Video Clip untuk Meningkatkan Keterampilan Sosial Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak.* II (2): 372-381.

Nawawinetu, E.D., dan Prasetya, T.A.E. 2016. Duta PHBS sebagai *Peer Group Educator* Anak Usia SD pada Pengembangan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN Mulyorejo 1 Surabaya. *Laporan Akhir Pengabdian Masyarakat Ipteks Bagi Masyarakat.* Universitas Airlangga. Surabaya.

Utomo, M.A., Alfiyanti, D., dan Nurahman. 2013. Hubungan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan Kejadian Diare Anak Usia Sekolah di SDN 02 Pelemsengir Kecamatan Todanan Kabupaten Blora. *Fikkes Jurnal Keperawatan.* 6 (1): 15-23.