

PKM Penyuluhan tentang Kebersihan Diri dan Lingkungan di SD Negeri 006 Salo

Nia Aprilla¹, Afiah², Syafriani³

¹⁾ Program Studi Sarjana Keperawatan, ²⁾ Program Studi Kebidanan, ³⁾ Program Studi S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Pahlawan_ Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang Kota-Riau
E-mail: niaaprilla.ariga@gmail.com No. HP 085271713592

Abstrak

Kebersihan diri (*Personal hygiene*) adalah kebersihan dan kesehatan perorangan yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis yang mencakup perawatan kebersihan kulit kepala, rambut, mata, hidung, telinga, kuku, kulit, tangan, kaki dan area genital. Kebersihan lingkungan adalah menciptakan sebuah lingkungan yang sehat sehingga tidak gampang terserang atau terkena berbagai macam penyakit yang kapan saja bisa menyerang kita seperti demam berdarah, muntaber dan lain-lain. Ini dapat dicapai dengan menciptakan suatu lingkungan yang bersih indah dan nyaman. Kebersihan lingkungan meliputi kebersihan tempat tinggal, tempat bersekolah, tempat bekerja, dan berbagai sarana umum lainnya Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan pemahaman kepada peserta didik mengenai kebersihan diri dan lingkungan sehingga peserta didik mampu meningkatkan kebersihan diri dan lingkungan sehingga derajat kesehatan semakin meningkat. Pemberian penyuluhan mengenai kebersihan diri dan lingkungan pada siswa Sekolah Dasar Negeri 006 Salo menggunakan metode ceramah, presentasi dan video cukup efektif dibuktikan dengan saat tanya jawab setelah penjelasan, siswa-siswa mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh penyaji. Meningkatnya pengetahuan mengenai kebersihan diri setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan anak di Sekolah Dasar Negeri 006 Salo mampu meningkatkan penerapan kebersihan diri dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata kunci: Kebersihan diri, Kebersihan lingkungan, peserta didik.

Abstract

Personal hygiene (Personal hygiene) is individual hygiene and health that aims to prevent the onset of disease in oneself and others, both physically and psychologically, which includes the care of hygiene of the scalp, hair, eyes, nose, ears, Nails, Skin, hands, feet and genital area. Environmental cleanliness is to create a healthy environment so that it is not easily attacked or exposed to various diseases that at any time can attack us such as dengue fever, vomiting and others. This can be achieved by creating a beautiful and comfortable clean environment. Environmental hygiene includes cleanliness of residence, school, work, and various other public facilities the purpose of this activity is to provide understanding to students about personal and environmental hygiene so that students are able to improve personal and environmental hygiene so that the degree of Health is increasing. Provision of counseling on personal hygiene and the environment in elementary school students 006 Salo state using the method of lectures, presentations and videos is quite effective as evidenced by the question and answer time after the explanation, the students were able to answer questions given by the presenter. Increasing knowledge about personal hygiene after this community service activity, it is expected that children in Sekolah Dasar Negeri 006 Salo will be able to improve the application of personal and environmental hygiene in their daily lives.

Keywords: *personal hygiene, environmental cleanliness, learners..*

PENDAHULUAN

Meningkatnya beban penyakit menular di kalangan anak sekolah karena praktik kebersihan pribadi yang buruk dan kondisi sanitasi yang tidak memadai tetap menjadi perhatian agenda kesehatan masyarakat di negara berkembang. Anak-anak sekolah sangat rentan terhadap pengabaian kebersihan diri dasar karena kurangnya pengetahuan dan praktik (Suprobo et al. 2022).

Anak merupakan aset terpenting dalam tercapainya keberhasilan suatu negara, karena anak adalah generasi penerus bangsa selanjutnya. Diperlukan perhatian dan peningkatan

pendidikan kemampuan hidup sehat mengenai kebersihan pada setiap anak untuk menghasilkan generas penerus yang tumbuh sehat maupun berkembang secara harmonis dan optimal sehingga bisa meningkatkan sumber daya manusia yang berkualitas. Kualitas sumber daya manusia mampu tercipta dimulai dari pengawasan kesehatan sejak anak usia sekolah dasar, sekolah menengah pertama dan sekolah menengah atas. Anak belajar dan diajar oleh lingkungan mengenai tingkah laku yang baik dan tidak baik, lingkungan meliputi orang tua, guru, dan teman-temannya (Paramata, Dungga, dan Wulansari 2021)

Kebersihan merupakan hal terpenting dalam kehidupan kita sehari-hari. Hal ini dikarenakan kebersihan memiliki hubungan yang erat dengan rutinitas manusia sehari-hari dimana kebersihan merupakan penunjang yang utama dalam kelancaran aktivitas manusia (Kusmiyati, Muhlis, dan Bachtiar 2019).

Kebersihan merupakan hal yang penting, karena kebersihan dipengaruhi oleh nilai-nilai individu dan kebiasaan yang dapat mempengaruhi kesehatan dan psikologis seseorang. Diperlukan pembinaan kesehatan pada anak-anak sekolah baik jasmani, rohani, dan sosial sebab anak-anak merupakan investasi untuk negara dan bangsa (Paramata, Dungga, dan Wulansari 2021).

Kebersihan diri (*Personal hygiene*) adalah kebersihan dan kesehatan perorangan yang bertujuan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis yang mencakup perawatan kebersihan kulit kepala, rambut, mata, hidung, telinga, kuku, kulit, tangan, kaki dan area genital (Suprobo et al. 2022).

Hygiene merupakan suatu pencegahan penyakit yang menitikberatkan pada usaha kesehatan perseorangan beserta lingkungan. *Personal Hygiene* yang tidak baik dapat menyebabkan timbulnya penyakit seperti penyakit infeksi. Salah satu tanda dari penyakit infeksi ini adalah nafsu makan berkurang sehingga menderita kurang gizi. Keadaan kurang gizi merupakan salah satu faktor penyebab mudahnya seseorang terkena penyakit infeksi karena sistem kekebalan tubuh seseorang melemah. Faktor yang mempengaruhi penyakit infeksi bisa disebabkan oleh makanan yang berupa makanan basi, beracun, alergi terhadap makanan, makanan yang terkontaminasi bakteri/kuman sehingga diperlukan personal hygiene untuk mengurangi kejadian penyakit infeksi. Dipandang dari segi kesehatan lingkungan, pengaruh makanan terhadap kesehatan sangat besar karena makanan dan minuman dapat berperan sebagai *vector agen* penyakit yang ditularkan melalui makanan

yang disebut *food borne disease* (penyakit bawaan makanan). Tipe penyakit yang dapat menyerang manusia berkaitan dengan makanan yaitu *food infection* yaitu suatu gejala penyakit yang muncul akibat mikroorganisme yang masuk dan berkembangbiak dalam tubuh manusia (usus) melalui makanan yang dikonsumsi dan *food intoxication* yaitu gejala penyakit yang muncul akibat mengkonsumsi racun yang ada dalam makanan. Tidak hanya status gizi yang mempengaruhi kesehatan seseorang, tetapi status kesehatan juga mempengaruhi gizi (Paramata, Dungga, dan Wulansari 2021).

Kebersihan lingkungan merupakan hal yang tidak dapat diabaikan dari sebuah kehidupan manusia dan merupakan unsur yang pasti atau tetap dalam ilmu kesehatan dan pencegahannya. Yang dimaksud dengan kebersihan lingkungan itu sendiri adalah menciptakan sebuah lingkungan yang sehat sehingga tidak gampang terserang atau terkena berbagai macam penyakit yang kapan saja bisa menyerang kita seperti demam berdarah, muntaber dan lain-lain. Ini dapat dicapai dengan menciptakan suatu lingkungan yang bersih indah dan nyaman. Kebersihan lingkungan meliputi kebersihan tempat tinggal, tempat bersekolah, tempat bekerja, dan berbagai sarana umum lainnya. Kebersihan adalah salah satu tanda dari keadaan higiene atau jauh dari kotor baik dalam diri sendiri, lingkungan keluarga maupun lingkungan sekitar (Waskitoningtyas, Permatasari, dan Prasetya 2018).

1.1 Permasalahan Mitra

Adapun permasalahan yang dihadapi peserta didik adalah:

- a. Kurangnya pemahaman tentang kebersihan diri dan lingkungan
- b. Masih adanya peserta didik yang terkena penyakit akibat kurangnya kebersihan diri dan lingkungan seperti diare

Berdasarkan permasalahan tersebut maka melalui Program Kemitraan Masyarakat akan dilakukan beberapa upaya utama sebagai berikut:

- a. Memberikan penyuluhan tentang kebersihan diri dan lingkungan
- b. Memberikan motivasi untuk menerapkan kebersihan diri dan lingkungan.

METODE

Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, 28 November 2023 pukul 08.00 WIB bertempat di Sekolah Dasar Negeri 006 Salo. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan cara presentasi, dilanjutkan dengan pemberian edukasi menggunakan video. Sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa kelas V. Pelaksanaan kegiatan ini dijelaskan sebagai berikut:

1. Survey lapangan untuk mengamati situasi anak-anak di Sekolah Dasar Negeri 006 Salo yang direncanakan sebagai objek sasaran.
2. Penentuan waktu pelaksanaan kegiatan yang ditentukan bersama Pembina Sekolah Dasar Negeri 006 Salo
3. Persiapan dokumen dan perlengkapan kegiatan yang mendukung kegiatan pengabdian masyarakat ini dipersiapkan dan dikoordinasikan bersama dengan semua anggota tim. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 006 Salo.
4. Peserta kegiatan ini adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri 006 Salo, dengan tahapan sebagai berikut:
 - a. Kegiatan dilakukan dengan presentasi, memberikan materi mengenai kebersihan diri (*personal hygiene*), apa saja cara untuk menjaga kebersihan diri.
 - b. Praktik Cuci tangan
 - c. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab.
 - d. Pemberian poster kebersihan diri untuk Sekolah Dasar Negeri 006 Salo.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Peserta didik SD Negeri 006 Salo mengalami peningkatan pengetahuan/kognitif tentang kebersihan diri dan lingkungan

PEMBAHASAN

Pemberian edukasi kesehatan melalui edukasi kebersihan diri (*personal hygiene*) dan lingkungan bertujuan untuk memodifikasi perilaku anak melalui peningkatan pengetahuan, perubahan sikap, dan keterampilan yang dikaitkan dengan adanya perbaikan pola hidup kearah yang lebih baik. Perubahan ini juga diharapkan dapat diterapkan oleh peserta penyuluhan baik dalam skala individu maupun kelompok masyarakat. (Nurmala, Ira; Rahman, Fauzie; Nugroho, adi; Erlyani, Neka; Laily, Nur; Yulia Anhar 2018).

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting yang menentukan tindakan seseorang. Penelitian menunjukkan bahwa tindakan berdasarkan pengetahuan bertahan

lebih lama daripada yang tidak berdasarkan pengetahuan. Perilaku kesehatan terkait dengan proses pembentukan perubahan perilaku menjadi penting karena perubahan tersebut merupakan tujuan pendidikan kesehatan atau penyuluhan kesehatan untuk mendukung program kesehatan lainnya (Suprobo et al. 2022).

Penyuluhan secara langsung menggunakan metode ceramah dan tanya jawab meningkatkan pengetahuan anak usia sekolah terkait PHBS. Terdapat pengaruh edukasi cuci tangan menggunakan media video terhadap pengetahuan murid sekolah dasar.

Pendidikan cuci tangan di sekolah dasar berpotensi berhubungan dengan perilaku hidup bersih di masa dewasa. Kebersihan pribadi adalah bagian besar dari kehidupan yang sehat dan juga sangat penting dalam pencegahan dan pengobatan penyakit. Anak-anak berada pada usia yang sangat cocok untuk pendidikan dan karenanya dapat dengan mudah mempelajari mata pelajaran kesehatan dan kebersihan dan mentransfer pengetahuan mereka kepada keluarga mereka dan karena itu kepada anggota masyarakat lainnya (Waskitoningtyas, Permatasari, dan Prasetya 2018).

Salah satu cara untuk menjaga kesehatan anak adalah dengan menjadikan personal hygiene sebagai kebiasaan. Kebersihan pribadi adalah konsep dasar pembersihan, perawatan dan merupakan langkah pertama menuju kesehatan yang baik. Pengetahuan, praktik, dan sikap yang buruk terhadap kebersihan pribadi seperti mencuci tangan memainkan peran utama dalam tingginya insiden penyakit menular dan karenanya memiliki konsekuensi negatif bagi perkembangan keseluruhan jangka panjang anak. Pendidikan mengenai mencuci tangan sangat bermanfaat dalam mencegah penyakit menular, terutama untuk anak-anak kecil di sekolah dasar. Kebersihan tangan dianggap sebagai komponen penting dari pengendalian infeksi. Dampak cuci tangan pada prevalensi penyakit pernapasan, menyatakan bahwa intervensi mencuci tangan yang tepat dapat memutus siklus penularan dan mengurangi risiko sebesar 6% hingga 44%.

Kebersihan tangan yang memadai sangat mencegah penyebaran infeksi saluran cerna dan pernapasan terutama pada anak-anak. Mencuci tangan menggunakan sabun dapat mencegah infeksi ini dan dapat mengurangi ketidakhadiran siswa di sekolah. Pengetahuan juga merupakan salah satu faktor untuk membentuk sikap anak dan juga melalui promosi kesehatan yang terdapat di sekolah akan lebih mendukung dan membentuk anak menjadi siswa yang berkarakter menjaga hidup bersih dan sehat. Namun penelitian lain menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan dan sikap yang positif tidak secara langsung menimbulkan perubahan praktik personal hygiene yang baik melainkan melalui pembiasaan sehari-hari (Publik et al. n.d.).



Gambar : Dokumentasi kegiatan penyuluhan

SIMPULAN

Pemberian penyuluhan mengenai kebersihan diri dan lingkungan pada siswa Sekolah Dasar Negeri 006 Salo menggunakan metode ceramah, presentasi dan video cukup efektif

dibuktikan dengan saat tanya jawab setelah penjelasan, siswa-siswa mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh penyaji. Meningkatnya pengetahuan mengenai kebersihan diri setelah kegiatan pengabdian masyarakat ini, diharapkan anak di Sekolah Dasar Negeri 006 Salo mampu meningkatkan penerapan kebersihan diri dan lingkungan dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kegiatan ini dapat terlaksana dengan lancar atas partisipasi dari berbagai pihak. Untuk itu tim pengabdian mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak berikut:

1. Terutama kepada orang tua yang selalu membimbing kami dan mensupport kegiatan kami hingga terlaksananya sampai saat ini.
2. Semua pihak yang turut membantu kelancaran kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Kusmiyati, Kusmiyati, Muhlis Muhlis, dan Imam Bachtiar. 2019. "Penyuluhan Tentang Kebersihan Diri Untuk Menunjang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Smpn 2 Gunungsari." *Jurnal Pendidikan dan Pengabdian Masyarakat* 2(1).
- Nurmala, Ira; Rahman, Fauzie; Nugroho, adi; Erlyani, Neka; Laily, Nur; Yulia Anhar, Vina. 2018. 9 786024730406. [https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku Promosi Kesehatan.pdf](https://repository.unair.ac.id/87974/2/Buku_Promosi_Kesehatan.pdf).
- Paramata, Anang Roswita, Elvie Febriani Dunga, dan Ika Wulansari. 2021. "Kebersihan Diri Pribadi Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Laboratorium Universitas Negeri Gorontalo." *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. 6(11): 1–18. <https://repository.ung.ac.id/get/singa/1/2119/Kebersihan-Diri-Pribadi-Pada-Siswa-Kelas-V-Sekolah-Dasar-Laboratorium-Universitas-Negeri-Gorontalo.pdf>.
- Publik, Administrasi, Fakultas Ilmu, Ilmu Politik, dan Universitas Muhammadiyah Jakarta. "Pemberdayaan Anak-Anak Terkait Kebersihan Diri Dan Lingkungan."
- Suprobo, Nina Rini, Rizqie Putri Novembriani, Elisa Danik Kurniawati, dan Winny Kirana Hasanah. 2022. "Edukasi Kebersihan Diri (Personal Hygiene) pada Anak untuk Meningkatkan Kebersihan Diri Anak." *Dimastara* 2(1): 25–32.
- Waskitoningtyas, Rahayu Sri, Besse Intan Permatasari, dan Kiftian Hady Prasetya. 2018. "Penyuluhan Kebersihan Diri Melalui Program Cuci Tangan Sebagai Bentuk Kesadaran Siswa Pada Sd N 014 Balikpapan Barat." *Jurnal Terapan Abdimas* 3(1): 44.