

## **GAMBARAN PENGETAHUAN TERHADAP PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) MENCUCI TANGAN ANAK DI SD NEGERI 106830**

**Arief Marzuki<sup>1)</sup>, Eka Syah Putri<sup>2)</sup>, Muhammad Aulia Fikri<sup>3)</sup>,  
Putri Rahmadhani<sup>4)</sup>, Rholand Muary<sup>5)</sup>**

<sup>1,3)</sup>Fakultas Sains dan Teknologi, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara  
<sup>2,4,5)</sup>Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara  
*kkn102@gmail.com, rholandmuary@uinsu.ac.id*

### **Abstract**

School-age children have a habit of paying less attention to health, so that children aged 6–12 years are susceptible to diarrhea and intestinal worms. One thing that can be done at school age to maintain health is to wash your hands with soap. Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) must be implemented in schools to support teachers and students to get used to a healthy lifestyle in the school environment. PHBS research in elementary schools includes hand washing with running water and soap as well as knowledge related to Clean and Healthy Life Behavior. This study aims to determine the description of clean and healthy life behavior (PHBS) at SDN 106830, which was carried out in July 2022. The research design used was quantitative, with a population of 130 students and a sample of 60 students using the Non-Probability Sampling technique. The results showed that the knowledge of SDN 106830 students on PHBS at school was sufficient, where in Knowledge 1 there were 23 respondents (31.9%), Knowledge 2 was only lacking 4 respondents (5.6%), Knowledge 3 was less than 9 respondents (12, 5%), and Knowledge 4 was lacking as many as 36 respondents (50.0%).

*Keywords: Children, Behavior, School, Healthy, Clean.*

### **Abstrak**

Anak – anak usia sekolah memiliki kebiasaan kurang memperhatikan kesehatan sehingga anak pada usia sekolah gampang terkena diare dan cacingan. Salah satu yang dapat dilakukan pada anak usia sekolah untuk menjaga Kesehatan adalah dengan mencuci tangan menggunakan sabun. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) harus diterapkan di sekolah untuk menguatkan guru dan siswa agar terbiasa dengan pola hidup yang sehat pada lingkungan sekolah. Penelitian tentang PHBS pada sekolah dasar mencakup dari mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun serta pengetahuan terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mendapatkan dan mengetahui data-data yaitu gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 106830 yang dilaksanakan pada bulan Juli 2022. Rancangan penelitian yang digunakan adalah kuantitatif, dengan populasi 130 siswa dan sampel sebanyak 60 siswa dengan teknik Non Probability Sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa SDN 106830 terhadap PHBS di sekolah adalah cukup, dimana pada Pengetahuan 1 kurang 23 responden (31,9%), Pengetahuan 2 hanya kurang 4 responden (5,6%), Pengetahuan 3 ada kurang 9 responden (12,5%), Pengetahuan 4 adalah kurang sebanyak 36 responden (50,0%). (Times New Roman 12, spasi tunggal dan dalam satu paragraf).

*Kata kunci: Anak, Perilaku, Sekolah, Sehat, Bersih.*

### **PENDAHULUAN**

Anak pada umumnya adalah makhluk yang belum mencapai tahap

kedewasaan. Dalam psikologi, anak adalah manusia laki-laki dan perempuan yang belum mencapai tahap

kematangan fisik dan mental. Menurut WHO, seorang anak dihitung berada di dalam kandungan hingga berusia 19 tahun. Menurut Cosnan, anak adalah orang yang muda dalam usia dan muda dalam petualangan hidupnya karena mereka mudah terpengaruh oleh lingkungan sekitar.

Anak – anak usia sekolah memiliki kebiasaan kurang memperhatikan kesehatan. Masalah kesehatan yang dihadapi anak usia sekolah pada dasarnya sangat kompleks dan beragam, dan masalah kesehatan yang muncul lazimnya berkaitan dengan kebersihan diri dan lingkungan dan masalah yang terpenting adalah gaya hidup bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di Sekolah merupakan aktivitas yang dilakukan oleh masyarakat sekolah supaya menciptakan lingkungan yang sehat di sekolah. Oleh karena itu masyarakat sekolah perlu dididik tentang pentingnya menjaga kesehatan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) harus menjadi kegiatan rutin di kehidupan sehari-hari khususnya. Harus dimulai dari keluarga kemudian di sekolah dengan guru tentang perilaku sehat PHBS. Upaya pengenalan PHBS ke sekolah sangat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan siswa. Artinya sekolah yang bersih lagi menyehatkan dapat tercapai, mencegah siswa, guru dan lingkungan sekolah dari berbagai penyakit. Selain itu dapat membuat siswa lebih bersemangat dalam proses pembelajaran.

PHBS adalah singkatan dari (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan program ini dibuat oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. PHBS adalah perilaku hidup sehat yang dilaksanakan berdasarkan kesadaran diri yang memungkinkan individu, keluarga dan masyarakat untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, menciptakan

masyarakat yang sehat, dan membuat masyarakat yang sehat yang bebas dari penyakit.

Adapun indikator PHBS di sekolah adalah mencuci tangan di bawah air mengalir dan menggunakan sabun, makan makanan sehat, menggunakan toilet yang bersih, dan berolahraga secara teratur, membasmi jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, mengukur tinggi dan berat badan tubuh. Indikator terakhir adalah mencuci tangan terlebih dahulu lalu membuang sampah pada tempatnya. Hal ini sebagai bentuk pentingnya memperhatikan kebersihan diri sendiri.

Pengertian lain dari mencuci tangan yaitu menggosok sabun secara kuat dan singkat ke seluruh permukaan kulit diikuti dengan pembilasan dengan air mengalir. Mencuci tangan menggunakan sabun dan air berarti mencuci tangan dengan sabun cair dan membilasnya dengan air bersih yang mengalir, mencuci tangan menggunakan larutan alkohol yaitu mencuci tangan dengan larutan khusus sebagai pengganti air.

Penerapan PHBS dapat dilakukan dari hal yang paling sederhana yaitu mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama 20 detik. Menurut WHO mencuci tangan dalam 7 langkah adalah cara mencuci tangan yang benar, tapi mengapa? Karena mencuci tangan dalam 7 langkah dan menggunakan sabun dan air mengalir dapat membunuh kuman yang menyebabkan penyakit. Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan atau sebelum dan sesudah melakukan pekerjaan, memegang benda, dan aktivitas lainnya mengharuskan Anda untuk mencuci tangan dengan bersih untuk menjaga kesehatan tubuh dan mencegah penyebaran penyakit di tubuh Anda dari bakteri di telapak tangan Anda. Jadi cuci tangan Anda dengan

sabun dan air mengalir. 7 langkah cara mencuci tangan yang baik dan benar yaitu: 1) Basahi kedua telapak tangan hingga pergelangan tangan lalu ambil sabun kemudian diusapkan dan digosok pada telapak tangan. 2) Kemudian gosok punggung tangan Anda secara bergantian. 3) Menggosok sela-sela jari sampai bersih. 4) Selanjutnya, membersihkan ujung-ujung jari dengan mengatupkan tangan bergantian. 5) Gosok sembari memutar ibu jari Anda bergantian. Kemudian letakkan ujung jari Anda di telapak tangan dan putar secara bergantian. 7) Terakhir bersihkan telapak tangan dengan memutar secara bergantian kemudian bilas hingga bersih menggunakan air yang mengalir lalu keringkan menggunakan lap yang bersih dan kering atau menggunakan tisu.

Menurut sebuah penelitian yang diterbitkan dalam *Journal of Population Therapeutics and Clinical Pharmacology* (2020), menggunakan sabun dan air mengalir saat mencuci tangan membuat berkurangnya kontaminasi akan mikroba. Penelitian lain menemukan bahwa mencuci tangan dengan sabun dapat mengurangi risiko diare. Dimulai dari menerapkan hal-hal yang sederhana dapat menjaga kesehatan baik untuk individu maupun keluarga. Melalui hal-hal kecil ini kebiasaan dan gaya hidup seseorang bisa berubah drastis. Jika dilakukan secara konsisten di semua tempat, semua penyakit dapat dihindari.

Pengetahuan dasar seperti mencuci tangan dengan 7 langkah inilah dapat diajarkan dan diberitahukan kepada anak-anak sejak dini agar mereka paham dan tahu bagaimana cara menjaga kebersihan diri sendiri, keluarga dan masyarakat. PHBS yang diajarkan sejak dini akan melekat pada anak-anak, betapa pentingnya menjaga kehidupan yang baik dan sehat. Pada

dasarnya, anak-anak tidak tahu langkah yang tepat untuk mencuci tangan. Manfaat memberikan pelajaran dan pengetahuan PHBS mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dapat memperdayakan siswa agar mau dan mampu melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat, meningkatkan semangat belajar dan lingkungan sekolah pun menjadi sehat, apabila menerapkan pola hidup bersih dan sehat secara konsisten.

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pengalaman belajar atau memungkinkan individu dan komunitas sekolah untuk mengidentifikasi dan memecahkan masalah kebersihannya. Hal ini akan memastikan bahwa warga sekolah sadar, siap dan mau mempraktekkan PHBS yaitu cuci tangan dengan cara yang benar. Hal ini juga memungkinkan komunitas sekolah untuk menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari mereka. Kemudian latih anak-anak usia sekolah Anda untuk meningkatkan kualitas kesehatan mereka. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa dalam pencegahan penyakit guna mencapai kesehatan yang optimal.

Adanya pengajaran tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah membuat masyarakat sekolah khususnya siswa-siswi sekolah dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan diri sendiri dan melindungi diri dari penyakit dan lingkungan yang tidak kondusif untuk hidup sehat. Pelaksanaan PHBS di masyarakat sekolah menjadi tanggung jawab semua pihak yang memfasilitasi terselenggaranya kegiatan PHBS di masyarakat sekolah secara efektif. Hal ini dipraktikkan di lingkungan sekolah. PHBS sejak dini baik untuk mendidik dan meningkatkan kesadaran akan

pentingnya kebersihan dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungan.

### METODE PENELITIAN

Adapun metode pengambilan data pada kegiatan pengabdian masyarakat ini yang dipakai adalah penelitian Kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional* yang dilakukan pada 26-27 Juli 2022. Populasi meliputi seluruh siswa di SD Negeri 106830 Desa Sidodadi Ramunia Kecamatan Beringin yang berjumlah 130 siswa dengan sampel 60 siswa. Teknik yang digunakan adalah *non probability sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuesioner dan Analisa data menggunakan Analisa *Univariate* yaitu deskriptif analitik.

### HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengolahan data dari kegiatan pengabdian masyarakat ini di jelaskan pada tabel berikut ini :

**Tabel 1. Gambaran Pengetahuan 1 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Mencuci Tangan Pada Anak di SD Negeri 106830 (n=60)**

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Iya	37	51,4
Tidak	23	31,9

Pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa siswa dan siswi SD Negeri 106830 kelas 1 sampai 6 yang menjawab iya dari pertanyaan pengetahuan 1 sebanyak 37 responden dengan persentase 51,4% dan yang menjawab sebanyak 23 responden dengan persentase 31,9%.

**Tabel 1.1. Gambaran Pengetahuan 2 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Mencuci Tangan Anak di SD Negeri 106830 (n=60)**

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Iya	56	77,8

Tidak	4	5,6
-------	---	-----

Pada tabel diatas menyatakan bahwa siswa dan siswi SD Negeri 106830 kelas 1 sampai 6 yang menjawab iya dari pertanyaan pengetahuan 2 yaitu sebanyak 56 responden dengan persentase 77,8% dan siswa/siswi yang menjawab tidak sebanyak 4 responden yaitu 5,6%.

**Tabel 1.2. Gambaran Pengetahuan 3 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Mencuci Tangan Anak di SD Negeri 106830 (n=60)**

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Iya	51	70,8
Tidak	9	12,5

Pada tabel diatas dapat disimpulkan bahwa siswa dan siswi SD Negeri 106830 yang menjawab iya dari pertanyaan pengetahuan 3 sebanyak 51 responden dengan persentase 70,8%, dan siswa/siswi yang menjawab tidak sebanyak 9 responden yaitu 12,5%.

**Tabel 1.3. Gambaran Pengetahuan 4 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Mencuci Tangan Anak di SD Negeri 106830 (n=60)**

Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Iya	24	33,3
Tidak	36	50,0

Pada tabel diatas menyatakan bahwa siswa dan siswi SD Negeri 106830 yang menjawab iya dari pertanyaan pengetahuan 4 sebanyak 24 responden yaitu 33,3% dan yang menjawab tidak sebanyak 36 responden yaitu 50,0% .

### PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 terkait gambaran pengetahuan 1 perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yaitu mencuci tangan pada anak di SD Negeri 106830

pada anak kelas 1 sampai 6, banyak anak yang menjawab iya yaitu sebanyak 37 responden dengan 51,4%. Hal ini menyatakan bahwasannya 37 responden paham terkait pengetahuan 1 yaitu terkait kepanjangan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), sedangkan yang menjawab tidak sebanyak 23 responden. Dari jawaban 23 responden ini dapat disimpulkan bahwa mereka belum paham betul apa kepanjangan dari PHBS.

Pengetahuan 2 pada tabel 1.1 dijelaskan bahwasanya 51 responden menjawab iya, yang dimana menunjukkan bahwa anak di SD Negeri 106830 kelas 1 sampai 6 hampir semuanya memahami pertanyaan dari pengetahuan 2 yaitu sebaiknya mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. Sedangkan 4 orang menjawab tidak hal ini menyatakan bahwa 4 orang tersebut belum mengetahui pasti kapan sebaiknya mencuci tangan.

Pada tabel 1.2 gambaran pengetahuan 3 perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) mencuci tangan pada anak di SD Negeri 106830 dengan sasaran kelas 1 sampai dengan kelas 6, anak yang memahami pertanyaan pengetahuan 3 sebanyak 51 responden hal ini dapat disimpulkan bahwa mereka paham dengan pertanyaan pengetahuan 3 yaitu tujuan dari mencuci tangan agar tangan bersih sedangkan yang menjawab tidak sebanyak 9 responden.

Berdasarkan tabel 1.3 gambaran pengetahuan 4 perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) mencuci tangan anak di SD Negeri 106830 yang sarannya kelas 1 sampai dengan kelas 6 masih banyak yang belum memahami pertanyaan pengetahuan 4 terkait 7 langkah mencuci tangan dapat dilihat dari jawaban responden yang menjawab iya sebanyak 24 responden sedangkan

yang menjawab tidak sebanyak 36 responden.

Berdasarkan keterangan diatas dapat disimpulkan bahwa anak SD Negeri 106830 di Desa Sidodadi Ramunia sudah banyak yang mengetahui dan memahami apa itu PHBS, kapan sebaiknya mencuci tangan, apa tujuan dilakukannya mencuci tangan, dan berapa langkah-langkah dalam mencuci tangan. Hal ini dapat digambarkan dan disimpulkan dari sebagian besar anak-anak SD tersebut telah menjawab pertanyaan dengan benar, sedangkan terkait pertanyaan langkah-langkah mencuci tangan masih banyak kesalahan dalam menjawab. Banyaknya kesalahan menjawab langkah-langkah mencuci tangan maka kami memberikan sedikit edukasi, pengetahuan dan praktek 7 langkah-langkah mencuci tangan untuk menambah pengetahuan pada anak SD N 106830 Desa Sidodadi Ramunia.



**Gambar 1. Tanya jawab sebelum masuk materi**

Pada gambar 1 diatas adalah pemberian tanya jawab. Sebelum memasuki materi anak-anak dianjurkan untuk dapat menjawab pertanyaan yang telah kami persiapkan, setelah menjawab pertanyaan kemudian memasuki pemaparan materi.



**Gambar 2. Pemaparan materi PHBS**

Pada gambar 2 diatas adalah pemaparan materi PHBS yang dilaksanakan di SD Negeri 106830 Desa Sidodadi Ramunia yang diadakan selama 2 hari berturut-turut yaitu pada tanggal 26 dan 27 Juli 2022 tepatnya pada hari Selasa dan Rabu. Dibawah ini adalah penjelasan hasil dan pembahasan dari pertanyaan yang telah kami berikan kepada anak SD N 106830.



**Gambar 3. Pemaparan 7 langkah mencuci tangan**

Gambar 3 diatas merupakan pemaparan materi 7 langkah mencuci tangan dengan benar dan baik yang dijelaskan setelah diberikan pemaparan materi PHBS dan dipandu dengan melihat video serta dipraktikkan oleh teman-teman KKN 102 dan diikuti oleh adek-adek SD N 106830



**Gambar 4. Praktek 7 langkah mencuci tangan dengan sabun anak SD Negeri 106830**

Gambar 4 diatas adalah praktek mencuci tangan dengan sabun yang langsung dipraktikkan oleh anak-anak Sekolah Dasar (SD) yang dipantau oleh mahasiswa KKN Kelompok 102 UINSU. Praktek 7 langkah mencuci tangan dilakukan setelah diberikan pemaparan materi PHBS dan pemaparan 7 langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar.



**Gambar 5. Dokumentasi**

## **SIMPULAN**

Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) anak di SDN 106830 adalah cukup. Sebagian besar anak - anak SDN 106830 mengetahui apa yang dimaksud dengan PHBS,

sedangkan untuk langkah-langkah mencuci tangan banyak yang belum mengetahui.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ambarawati, E. R. & P. (n.d.). *Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Dan Air Mengalir Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini | Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.  
<http://journal.ildikti9.id/JCPKM/article/view/80>
- Anggraini, N. V. (2019). *Peningkatan Kesadaran PHBS Cuci Tangan Dengan Benar Pada Anak Usia Sekolah*. 5(April), 9–25.
- Haque, M. Handwashing in averting infectious diseases: Relevance to COVID-19. *Journal of Population Therapeutics and Clinical Pharmacology* Vol 27(SP1): e37–e52; 12 July 2020.
- Kalalo, C. N. (n.d.). *View of PENGARUH PENDIDIKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TENTANG MENCUCI TANGAN TERHADAP PENGETAHUAN SISWA KELAS V DAN VI DI SD YPK KUPRIK.pdf*.
- Novitasari, Y. (n.d.). *PENYULUHAN PROGRAM PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) MELALUI KEGIATAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN PADA PENDIDIKAN ANAK USIA DINI | Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*.  
<http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jpm/article/view/573>
- Yunizar, A., & Harahap, Y. W. (2019). *Pengaruh Penyuluhan Phbs*

Tentang Mencuci Tangan Terhadap Perilaku Siswa Kelas V di SD N 116240 Kampung dalam Kecamatan Bilah Hulu Kabupaten .... In *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia* ....  
<https://jurnal.stikes-aufa.ac.id/index.php/health/article/view/180>