

UPAYA MENINGKATKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA SEKOLAH DASAR

Efforts to Improve Clean and Healthy Living Behavior in Elementary School Student

Muhammad Arief Wibowo^{1*}, Olvi Septiabuyani², Galis Nurul Fauziyah³, Khairiati Bokhari⁴, Vipin Shelina Hasdi⁵, Nurhasanah³, Suci Rahmanisyah³, Ibadurrahman Al Hadi⁵, Muhammad Farhan Dermawan³, Devi Febrianti⁴, Rabbil Erfan³

¹Fakultas Perikanan dan Kelautan, Universitas Riau

²Fakultas Keperawatan, Universitas Riau

³Fakultas Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Riau

⁴Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Riau

⁵Fakultas Teknik, Universitas Riau

Kampus Bina Widya KM. 12,5, Simpang Baru, Kec. Bina Widya, Pekanbaru, Riau 28293

* ariefwibowo.m@lecturer.unri.ac.id

Diterima: 17 November 2022; Disetujui: 28 Februari 2023

Abstrak

Pandemi Covid-19 yang melanda Indonesia pada Maret 2020 lalu memberikan dampak pada banyak hal tidak terkecuali gaya hidup. Gaya hidup yang sehat dan bersih tentunya sangat berpengaruh terhadap penyebaran virus di masa covid. Meskipun kini sudah memasuki era new normal nyatanya masih banyak orang yang kurang memperhatikan bagaimana perilaku hidup sehat itu. Untuk itu kelompok KUKERTA kami melakukan kegiatan sosialisasi perawatan luka dan 6 langkah mencuci tangan serta membentuk tim dokter kecil sebagai bentuk tindakan pencegahan penularan covid-19. Tujuan kegiatan sosialisasi ini adalah untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat khususnya untuk para siswa SDN 004 Lubuk Ogong. Sosialisasi dilakukan dengan cara pemberian materi serta praktek langsung di lapangan. Setelah dilakukan sosialisasi ini, tingkat pengetahuan para siswa mengenai cara perawatan luka serta bagaimana langkah mencuci tangan yang benar meningkat. Pengetahuan ini sangat berguna dimasa transisi seperti sekarang, untuk menunjang penurunan angka penyebaran virus tentunya dengan menjalani kehidupan yang bersih dan sehat.

Kata Kunci: Hidup Sehat, Mencuci Tangan, Pandemi Covid-19, Perawatan Luka

Abstract

The Covid-19 pandemic that hit Indonesia in March 2020 had an impact on many things, including lifestyle. A healthy and clean lifestyle is certainly very influential on the spread of the virus during the covid period. Even though it has now entered the new normal era, in fact there are still many people who do not pay attention to how healthy living behavior is. For this reason, our KUKERTA group carried out socialization activities for wound care and six steps for washing hands and formed a small team of doctors as a form of preventive measure against the transmission of COVID-19. The purpose of this socialization activity is to improve clean and healthy living behavior, especially for the students of SDN 004 Lubuk Ogong. Socialization is done by providing material and direct practice in the field. After this socialization was carried out, the level of knowledge of students about how to treat wounds and how to properly wash hands increased. This knowledge is very useful during transitions like now, to support the reduction in the number of virus spread, of course, by living a clean and healthy life.

Keywords: Healthy Living, Hand Washing, Covid-19 Pandemic, Wound Care

1. PENDAHULUAN

Pengetahuan tentang cuci tangan, perawatan luka, ataupun perilaku hidup bersih

dan sehat yang baik dalam lingkungan sekolah dapat disosialisasikan melalui keberadaan dokter kecil. Dokter kecil adalah murid yang

memenuhi kriteria dan telah dilatih untuk ikut melaksanakan sebagian usaha pemeliharaan dan peningkatan kesehatan terhadap diri sendiri, teman, keluarga dan lingkungannya. Peran dokter kecil dapat diartikan sebagai penggerak kesehatan dalam lingkungan sekolah. Dokter kecil ini diharapkan dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat kepada murid dan orang yang berada di sekitarnya yang lain. Maka dari itu pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat untuk dokter kecil amatlah penting.

Pembelajaran pada dokter kecil haruslah dikemas menarik agar calon-calon dokter kecil ataupun yang sudah menjadi dokter kecil bersemangat untuk mempelajari pengetahuan yang dibutuhkan dokter kecil. Peran dokter kecil yang merupakan ujung tombak program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dalam memperhatikan kesehatan anak sekolah. Dokter kecil membuat anak sekolah jadi sadar akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Karena kesadaran arti pentingnya kesehatan harus ditanamkan sejak kecil, dokter kecil di tingkat sekolah dasar pun akan direvitalisasi yang nantinya bisa menjadi pahlawan kesehatan Indonesia.

Pembelajaran yang dilakukan adalah tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada murid. Materi tentang cuci tangan, perawatan luka, ataupun perilaku hidup bersih dan sehat yang begitu banyak tentu saja dapat membuat anak-anak jenuh dan bosan. Padahal materi ini sangat penting untuk dokter kecil ketahui, kegiatan belajar harus dibuat semenarik mungkin agar anak tidak cepat bosan dan lupa tentang materi dokter kecil yang diberikan. Materi belajar mengenai perilaku hidup sehat, untuk anak-anak mungkin belum paham benar apa yang dimaksud tentang materi itu, juga tentang cara menjaga kebersihan yang baik untuk anak-anak yang sangat banyak. Mungkin untuk anak-anak materi-materi seperti itu sangatlah banyak dan membosankan, juga mungkin anak-anak tersebut kesulitan dalam memahami materi tersebut. Jadi kami sebagai pembimbing mengajak murid-murid SDN 004 Lubuk Ogong untuk mempraktikkan langsung dan memberikan hadiah kecil agar tidak bosan.

2. METODE

Pada kegiatan pengabdian ini, digunakan metode pendekatan secara kuantitatif. Hal ini dikarenakan metode kuantitatif merupakan metode yang digunakan untuk memecahkan suatu masalah secara sistematis dengan didasari oleh data-data yang dikumpulkan. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah penyebaran kuisioner sehingga dapat diketahui tingkat validitas dan reabilitas dari kuisioner tersebut.

Pengabdian dengan menggunakan metode kuantitatif dapat memberikan gambaran tentang populasi secara umum walaupun uraiannya berupa narasi. Peserta nantinya akan diberi kuisioner pada awal sebelum dimulainya sosialisasi sebagai pre-test untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan peserta mengenai topik yang dibahas sebelum sosialisasi dan penyuluhan. Lalu setelah dilakukan sosialisasi, peserta akan diberikan kembali kuisioner sebagai post-test. Dari data-data yang didapat, akan dianalisis sehingga dapat memperoleh hasil dan kolerasi yang berkaitan dengan hipotesa awal dan hasil akhir yang ingin dicapai tim pengabdian.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun tahapan yang dilakukan oleh Tim pengabdian dalam melakukan sosialisasi mengenai cuci tangan pakai sabun dan dokter kecil diantaranya adalah:

Memberikan kuesioner sebelum sosialisasi dan demonstrasi dilakukan (Pre-Test)

Untuk mengukur keberhasilan dari sosialisasi dan demonstrasi yang dilakukan oleh tim pengabdian dalam mengetahui pengetahuan dan meningkatkan keterampilan siswa SDN 004 Lubuk Ogong, maka tim pengabdian memberikan kuesioner yaitu *Pre-test* yang diikuti oleh 24 peserta (siswa). Tim pengabdian akan memaparkan hasil *pre-test* dari kegiatan tersebut pada Tabel 1.

Berdasarkan hasil dari *pre-test* yang telah dilakukan oleh tim pengabdian kepada peserta sebelum dilakukannya sosialisasi dan demonstrasi mengenai cuci tangan pakai sabun dan dokter kecil dapat dilihat pada Tabel 1 bahwa terdapat 80% peserta yang belum memahami materi dan terdapat (20%) siswa

yang sudah memahami materi. Dari hasil pre-test tersebut menjadi salah satu output dari keberhasilan tim pengabdian dalam memberikan informasi mengenai perihal Upaya Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar ini. Hasil dari pre-test tersebut juga memberikan informasi mengenai pengetahuan dan keterampilan siswa

tentang cuci tangan pakai sabun dan dokter kecil. Dari hasil post test ini diharapkan dengan adanya sosialisasi mengenai cuci tangan pakai sabun dan dokter kecil dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa SDN 004 Lubuk Ogong tentang mencuci tangan pakai sabun dan dokter kecil.

Tabel 1. Hasil *pre-test*

No	Pertanyaan	Jawaban (orang)	
		ya	tidak
1.	Apakah kamu sudah mengetahui apa itu dokter kecil?	4	20
2.	Apakah kamu sudah mengetahui cara perawatan luka?	4	20
3.	Apakah kamu sudah mengetahui cara mencuci tangan 6 langkah dengan benar?	4	20
4.	Apakah kamu sudah mengetahui pentingnya peran dokter kecil disekolah?	4	20
5.	Apakah kamu sudah mengetahui apa fungsi dari hand sanitizer?	4	20
6.	Apakah kamu sudah mengetahui fungsi cuci tangan?	4	20
7.	Apakah kamu sudah mengetahui fungsi dari peralatan P3K?	4	20
8.	Apakah kamu sudah menerapkan cuci tangan 6 langkah?	4	20
9.	Apakah kamu sudah bisa mempraktikkan cara mencuci tangan 6 langkah dengan benar?	4	20
10.	Apakah kamu sudah bisa mempraktikkan cara perawatan luka?	4	20
Distribusi Persentase Pengetahuan dan Keterampilan siswa			
Persentase Pengetahuan dan Keterampilan siswa		Ya 20%	Tidak 80%
Total		100%	

Sosialisasi dan Demonstrasi

Pada tahap sosialisasi ini, tim pengabdian menjelaskan materi terkait perawatan luka dan cuci tangan 6 langkah di SDN 004 Lubuk Ogong. Kegiatan ini diikuti oleh 24 siswa yang terdiri dari 9 siswa dari kelas 4, 11 siswa dari kelas 5, dan 4 siswa dari kelas 6.

Pada sesi sosialisasi ini, tim pengabdian membentuk tim dokter kecil lalu menjelaskan materi tentang apa itu dokter kecil, fungsi dari dokter kecil, tata cara perawatan luka dan cuci tangan 6 langkah beserta fungsinya. Di tahap sosialisasi ini, Tim pengabdian juga menjelaskan alat dan bahan yang digunakan untuk perawatan luka yaitu kasa, betadine, dan hansaplast serta menggunakan handsanitizer untuk kegiatan cuci tangan 6 langkah. Kegiatan ini dilaksanakan untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat siswa SDN 004 Lubuk Ogong. Penelitian ini juga dimaksudkan untuk memberikan informasi yang lebih mendalam

terkait pelaksanaan kegiatan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 004 Lubuk Ogong Kecamatan Bandar Sei Kijang, Kabupaten Pelalawan, Riau. Rendahnya pencapaian program perilaku hidup bersih dan sehat di masyarakat Pelalawan khususnya siswa siswi SDN 004 Lubuk Ogong.

Sesi demonstrasi, Tim pengabdian mempraktekkan bagaimana cara perawatan luka dan cuci tangan 6 langkah yang benar. Dari hasil wawancara dan observasi, didapatkan bahwa 7 dari 10 siswa belum memahami tata cara perawatan luka dan cuci tangan 6 langkah dengan benar. Setelah sesi demonstrasi, tim pengabdian melanjutkan dengan sesi kuis. Tim pengabdian memberikan 5 pertanyaan yang sesuai dengan materi yang telah disampaikan sebelumnya. Untuk kegiatan yang terakhir, tim pengabdian memberikan hadiah kepada tim dokter kecil sebagai bentuk

apresiasi telah mengikuti kegiatan tersebut. Kegiatan sosialisasi dan demonstrasi ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan



dan keterampilan siswa SDN 004 Lubuk Ogong (Gambar 1).



Gambar 1. Sosialisasi dan demonstrasi

Memberikan kuesioner setelah sosialisasi dan demonstrasi dilakukan (Post-Test)

Untuk dapat mengukur keberhasilan dari adanya sosialisasi dan demonstrasi yang dilakukan oleh tim pengabdian dalam mengetahui pengetahuan dan meningkatkan

keterampilan siswa SDN 004 Lubuk Ogong, maka tim pengabdian kembali memberikan kuesioner yaitu *post-test* yang diikuti oleh 24 peserta (siswa). Tim pengabdian akan memaparkan hasil *post-test* dari kegiatan tersebut pada Tabel 2

Tabel 2. Hasil *post-test*

No	Pertanyaan	Jawaban (orang)	
		Ya	Tidak
1.	Apakah kamu sudah mengetahui apa itu dokter kecil?	20	4
2.	Apakah kamu sudah mengetahui cara perawatan luka?	20	4
3.	Apakah kamu sudah mengetahui cara mencuci tangan 6 langkah dengan benar?	20	4
4.	Apakah kamu sudah mengetahui pentingnya peran dokter kecil disekolah?	20	4
5.	Apakah kamu sudah mengetahui apa fungsi dari hand sanitizer?	20	4
6.	Apakah kamu sudah mengetahui fungsi cuci tangan?	20	4
7.	Apakah kamu sudah mengetahui fungsi dari peralatan P3K?	20	4
8.	Apakah kamu sudah menerapkan cuci tangan 6 langkah?	20	4
9.	Apakah kamu sudah bisa mempraktikkan cara mencuci tangan 6 langkah dengan benar?	20	4
10.	Apakah kamu sudah bisa mempraktikkan cara perawatan luka?	20	4
Distribusi Persentase Pengetahuan dan Keterampilan siswi		Ya	Tidak
Persentase Pengetahuan dan Keterampilan siswi		80%	20%
Total		100%	

Berdasarkan hasil dari *post-test* yang telah dilakukan oleh tim pengabdian kepada peserta setelah dilakukannya sosialisasi dan demonstrasi perihal upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar ini dijelaskan dari Tabel 2 bahwa terdapat 80% peserta sudah memahami materi dan dapat mempraktekkan langsung yang sudah dipraktekkan oleh tim pengabdian sebelumnya. Hal ini diperlihatkan

terdapat kenaikan mencapai (persen) dari hasil *pre-test* yang dilakukan oleh Tim pengabdian sebelum sosialisasi dan demonstrasi dilakukan.

Post-test tersebut menjadi salah satu output dari keberhasilan tim pengabdian dalam memberikan informasi berlanjut perihal upaya meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar ini. Keberhasilan dari *post-test* tersebut juga memberikan

motivasi kepada peserta yang diperoleh dari kegiatan sosialisasi dan demonstrasi tersebut. Sehingga, *outcome* yang diharapkan oleh tim pengabdian sudah tercapai yaitu adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswi SDN 004 Lubuk Ogong.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari seluruh kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh tim pengabdian pada masyarakat khususnya di SDN 004 Lubuk Ogong, yaitu pembentukan tim dokter kecil serta sosialisasi dan demonstrasi tentang penanganan atau perawatan pertama pada luka dan cara mencuci tangan 6 langkah dengan benar dapat disimpulkan bahwa:

1. Peserta sosialisasi atau pengabdian mendapat pengetahuan tentang apa itu dokter kecil beserta fungsinya, cara perawatan pada luka, dan cara mencuci tangan 6 langkah dengan benar.
2. Peserta sosialisasi sudah dapat mempraktikkan apa yang diperolehnya selama sosialisasi dalam kesehariannya tanpa dicontohkan lagi.
3. Setelah kami melakukan observasi kembali setelah kegiatan pengabdian, dapat di lihat jika mereka memang sudah dapat mempraktikkannya dalam kesehariannya saat di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Departemen Kesehatan RI. (2010). Panduan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Rumah Tangga. *Pusat Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan*.
- Direktorat Bina Kesehatan. (2011). Pedoman untuk Tenaga Kesehatan Usaha Kesehatan Sekolah di Tingkat Sekolah Dasar, Sekolah Menengah dan Pondok Pesantren. *Direktorat Jenderal Bina Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak Kementrian Kesehatan RI*.