

PENINGKATAN KETERAMPILAN PERSONAL HYGIENE DALAM UPAYA PENCEGAHAN COVID-19 PADA ANAK USIA SEKOLAH DASAR

Lince Amelia^{1✉}, Dinarwulan Puspita², Indah Dwi Rahayu³, Ditha Astuti⁴, Almumtahanah⁵

Corresponding author: linceamelia2@gmail.com

^{1,2,3,4,5}Program Studi Ners, STIK Muhammadiyah Pontianak

Genesis Naskah: Received: 09-02-2022, Revised: 25-05-2022, Accepted: 13-06-2022, Available Online: 01-11-2022

Abstrak

Dunia sedang dilanda pandemi sejak awal tahun 2020 yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2). Semua orang dengan segala usia memiliki risiko terinfeksi virus corona ini. Upaya pencegahan terhadap penyakit berbasis lingkungan khususnya SARS CoV2 atau Covid-19 yang sedang terjadi saat ini harus terus dilakukan di setiap lapisan masyarakat agar dapat segera menurunkan bahkan menghilangkan risiko wabah ini. Upaya pencegahan dan penanggulangan Covid-19 saat ini masih terus dilakukan, salah satunya adalah dengan meningkatkan budaya personal hygiene di Sekolah Dasar. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan pada anak dengan memberikan informasi tentang pentingnya personal hygiene dimasa pandemi. Kemudian bersama-sama dengan siswa untuk melakukan salah satu kegiatan personal hygiene. Populasi dan sampel dalam pengabdian ini adalah seluruh siswa sekolah dasar sebanyak 20 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan metode kuesioner dalam bentuk pertanyaan untuk mengetahui pengetahuan peserta sebelum dan sesudah kegiatan dan daftar tilik untuk mengukur keterampilan. Metode yang digunakan dengan small group discusion. Hasil dari kegiatan ini ada nya peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam melakukan personal hygiene. Kesimpulannya penyuluhan dan pelatihan kepada siswa memiliki pengaruh yang baik dalam peningkatan pengetahuan dan keterampilan, sehingga diharapkan dapat menurunkan kejadian resiko covid-19

Kata Kunci: Personal hygiene, usia sekolah, Covid-19

IMPROVING PERSONAL HYGIENE SKILLS IN EFFORTS TO PREVENT COVID-19 IN ELEMENTARY SCHOOL AGE

Abstract

The world has been hit by a pandemic since early 2020 caused by Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2). Everyone of all ages has a risk of being infected with this corona virus. Efforts to prevent environmental-based diseases, especially SARS CoV2 or Covid-19, which are currently happening, must continue to be carried out at every level of society in order to immediately reduce and even eliminate the risk of this outbreak. Efforts to prevent and control Covid-19 are currently still being carried out, one of which is to improve the personal hygiene culture in elementary schools. This IbM activity aims to increase health awareness in children by providing information about the importance of personal hygiene during the pandemic. Then together with students to do one of the personal hygiene activities. The population and sample in this service are all 20 elementary school students. Data were collected using a questionnaire method in the form of questions to determine participants' knowledge before and after the activity and a checklist to measure skills. The method used with small group discussion. The result of this activity is an increase in students' knowledge and skills in performing personal hygiene. In conclusion, counseling and training for students has a good influence on increasing knowledge and skills, so it is expected to reduce the incidence of COVID-19 risk.

Keyword: *personal hygiene, school age, covid-19*

Pendahuluan

Dunia sedang dilanda pandemi sejak awal tahun 2020 yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2* (SARS-CoV-2) atau disebut juga Coronavirus Disease (COVID-19). Virus ini tergolong baru sejak pertama kali ditemukan pada kasus pneumonia misterius di Wuhan, Provinsi Hubei, China pada akhir tahun 2019. Penyebaran SARS-CoV-2 ini dari manusia ke manusia melalui droplet saat batuk atau bersin. Virus ini sudah menyebar ke banyak negara, termasuk di Indonesia sejak diumumkan kasus pertama kali pada bulan Maret 2020 (Susilo et al., 2020).

Di Indonesia saat ini tercatat ada 41.431 kasus positif, 16.243 kasus sembuh dan 2.276 kasus meninggal per 17 Juni 2020. Tanda dan gejala umum infeksi COVID-19 antara lain gejala gangguan pernapasan akut seperti demam, batuk dan sesak napas. Masa inkubasi rata-rata sekitar 5-6 hari dengan masa terpanjang yaitu 14 hari (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020). Semua orang dengan segala usia memiliki risiko terinfeksi virus corona ini. Orang lanjut usia (lansia) atau orang yang memiliki penyakit tertentu seperti asma, jantung dan diabetes menjadi lebih rentan untuk sakit ataupun terkena virus corona (Center, 2020)

Upaya pencegahan terhadap penyakit berbasis lingkungan khususnya SARS CoV2 atau Covid-19 yang sedang terjadi saat ini harus terus dilakukan di setiap lapisan masyarakat agar dapat segera menurunkan bahkan menghilangkan risiko wabah ini (Nasional et al., 2021). Tindakan yang dilakukan selalu menjaga personal hygiene.

Personal Hygiene adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan dan kesehatan

seseorang. Di Indonesia banyak ditemukan kasus-kasus penyakit yang diakibatkan dari kurangnya seseorang dalam menjaga kebersihan diri. Kelompok umur yang menjadi sorotan dalam penerapan tindakan *personal hygiene* adalah anak usia 6 sampai dengan 12 tahun (usia anak sekolah) karena pada usia tersebut rawan terhadap serangan penyakit. Usia anak sekolah tidak lepas dari masa-masa untuk bermain yang bisa menyebabkan permasalahan *personal hygiene* pada anak usia sekolah sehingga permasalahan tersebut harus diperhatikan. Usaha yang dapat dilakukan untuk mencegah timbulnya penyakit pada diri dan kesehatan seseorang dapat dilakukan dengan tindakan *personal hygiene* (Aristi & Sulistyowati, 2020).

Anak usia sekolah merupakan kelompok yang sangat potensial untuk menerima perubahan atau pembaruan. Pada taraf ini anak dalam kondisi peka terhadap stimulasi sehingga mudah dibimbing, diarahkan dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan hidup sehat. Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah ternyata umumnya berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (Nugraheni H, Suha, 2018)

Personal hygiene berpengaruh terhadap kesehatan seperti yang dinyatakan oleh Sudarto (1996) yang dikutip oleh mustikawati (2013) bahwa *personal hygiene* yang tidak baik akan mempermudah tubuh terserang berbagai penyakit seperti penyakit kulit, penyakit infeksi penyakit mulut, penyakit saluran cerna dan dapat menghilangkan fungsi bagian tubuh tertentu, seperti halnya kulit (Amanatillah, 2020).

Nilai serta kebiasaan yang dianut individu mempengaruhi perilaku kebersihan diri. Kebersihan diri akan berdampak pada

kesehatan seseorang. Saat seseorang sakit, salah satu penyebabnya adalah kebersihan diri yang kurang. Ini harus menjadi perhatian kita bersama sebab kebersihan diri merupakan faktor penting dalam mempertahankan derajat kesehatan individu menurut Putri (2011) dalam (Hulu.V.T, et. al 2020) Hal-hal yang mencakup *personal hygiene* salah satunya yaitu cuci tangan. Tangan juga harus diperlihara dan ini tidak terlepas dari kebersihan lingkungan sekitar dan kebiasaan sehari-hari. Tangan yang bersih menghindarkan kita dari berbagai penyakit. Tangan yang kotor dapat menyebabkan bahaya kontaminasi dan menimbulkan penyakit-penyakit tertentu. Untuk menghindari bahaya kontaminasi maka harus membersihkan tangan sebelum dan sesudah melakukan aktivitas (Rani.P, 2018)

Buruknya perilaku *personal hygiene* pada anak sekolah didapatkan bahwa lebih dari 75% kasus anak terkena penyakit. Kondisi perilaku *personal hygiene* yang baik dapat mengurangi kejadian penyakit dikalangan anak seperti dengan mencuci tangan yang teratur dapat mengurangi jumlah kejadian diare sekitar 30% serta dengan meningkatkan perilaku *personal hygiene* itu sendiri dapat memutus mata rantai penularan dan pencegahan penyakit (WHO, 2019)

Anak usia sekolah tergolong anak yang aktif berinteraksi dengan lingkungannya, misalnya bermain, senang bergerak dan senang bekerja dalam kelompok. Namun, aktivitas anak-anak tersebut juga dapat membuat anak-anak masih lupa dalam menerapkan kebersihan diri. Mengingat masih tingginya risiko kejadian penyakit menular berbasis lingkungan, maka

diperlukan antisipasi dan upaya pencegahan terhadap risiko tersebut, misalnya dengan Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE).

Kecamatan Banjar Serasan dengan luas wilayah ± 473.000 km² dengan jumlah penduduk pada tahun 2017 sebanyak 25 624,00 jiwa. Puskesmas Banjar Serasan merupakan salah satu sarana kesehatan yang berada di Kabupaten Kubu raya provinsi Kalimantan Barat yaitu di Kecamatan Banjar Serasan . Berdasarkan pendataan yang telah dilakukan bahwa, masih banyak masih banyak anak usia sekolah yang kurang dalam menjaga kebersihan diri mereka. Untuk pencegahan terjadinya penularan yang akibat *personal hygiene* yang buruk maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat yang berjudul peningkatan keterampilan *personal hygiene* dalam upaya pencegahan covid-19 pada anak usia sekolah dasar wilayah kerja puskesmas Banjar Serasan.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan pendidikan kesehatan, diskusi tanya jawab dan mendemonstrasikan dengan metode *small group discussion* dengan jumlah 2 kelompok yang terdiri dari 10 siswa Sekolah Dasar kelas 6, kriteria pemilihan berdasarkan tingkat perkembangan anak diusia tersebut sudah mampu menerima materi yang diberikan, yang dilaksanakan pada tanggal 9 Desember 2021.

Pada tahap pertama untuk mendapatkan informasi tentang lokasi dan Sekolah Dasar tujuan yang memang belum pernah diadakan pendidikan kesehatan serupa.

Melakukan identifikasi permasalahan. Identifikasi dilakukan dengan cara melakukan pendataan kebutuhan siswa tentang informasi mengenai personal hygiene. Data inilah yang menjadi dasar dalam penentuan rencana tindakan berikutnya. Penyusunan program peningkatan kesehatan siswa, meliputi penyampaian materi, demonstrasi cara melakukan salah satu kegiatan personal hygiene, melakukan evaluasi. Kemudian selanjutnya tahap persiapan sarana dan prasarana. Tahap ini merupakan tahap yang mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan mendukung kegiatan ini. Persiapannya adalah mengenai tempat dan lokasi yang akan digunakan untuk kegiatan. Sarana yang lainnya akan dipersiapkan secara bertahap dengan mempertimbangkan tingkat kebutuhan. Pelaksanaan kegiatan aksi, muatan program yang paling penting dalam program ini adalah memberikan pendidikan kesehatan tentang pentingnya personal Hygiene di Masa Pandemi untuk upaya pencegahan penyakit dengan metode *small group discussion*. Dan melakukan Pendampingan dalam mempraktikkan salah satu kegiatan personal hygiene cuci tangan pakai sabun yang bertujuan siswa dapat melakukan cuci tangan dengan benar. Pada tahap evaluasi, siswa akan diberikan *feedback* tentang program yang telah dilaksanakan. Hal ini akan menjadi pertimbangan bagi kegiatan kami agar bermanfaat lagi untuk masyarakat. Evaluasi tersebut dilakukan dengan memberikan pre-test sebelum penyampaian materi dan post-test setelah penyampaian materi untuk mengetahui seberapa banyak informasi yang telah

diserap tentang pencegahan penyakit berbasis lingkungan.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini merupakan salah satu rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen program studi ners STIK Muhammadiyah Pontianak tahun 2021. Seluruh rangkaian kegiatan dilakukan 1 hari dimulai pukul 08.00-13.00 wib pada tanggal 9 Desember 2021. Kegiatan ini diawali dengan proses registrasi peserta pada pukul 7.30 wib dan peserta diberikan lembar pretest. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 20 orang. Dibagi 2 kelompok kecil metode yang digunakan *Small Group discussion*, pada pembukaan pelatihan disampaikan materi tentang pengertian personal hygiene, macam-macam personal hygiene. Kegiatan selanjutnya mendemonstrasikan cuci tangan pakai sabun, para peserta didampingi oleh mahasiswa dan anggota tim dosen sebagai asisten instruktur dimulai dengan 6 waktu cuci tangan pakai sabun dan tahapan cuci tangan menurut WHO dengan 6 langkah. Dari keseluruhan materi yang disampaikan antusiasme sangat tinggi terlihat pada praktek cuci tangan pakai sabun dan pembagian souvenir. Untuk mengetahui respon peserta serta evaluasi terhadap pelatihan yang sedang berlangsung maka dibuat kuesioner. Adapun pertanyaan dan rekapitulasi jawaban peserta adalah sebagai berikut.

Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa tentang *personal hygiene* dari hasil *pretest* diperoleh rata-rata nilai 53,75. Setelah dilakukan pendidikan kesehatan hasil *post test* diperoleh rata-rata nilai 70,00. Terdapat

peningkatan pengetahuan siswa setelah dilakukan pendidikan kesehatan. Terdapat perbedaan rata-rata nilai *pretest* dan *posttest* pengetahuan siswa tentang *personal Hygiene* pada anak usia sekolah di SDN 16 Pontianak Timur, hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan fatmawati (2018) dengan judul pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang *personal hygiene* pada anak usia sekolah di SDN 206/IV Kota Jambi, dengan hasil penelitian terdapat adanya pengaruh signifikan antara pengetahuan responden sebelum dengan setelah diberikan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan memberikan dampak yang baik apabila proses penyampaian pendidikan kesehatan dengan menggunakan media-media yang baik. Pada kegiatan pengabdian ini media yang digunakan adalah ceramah, *power point*, *flipchart*, video dan media untuk praktikum cuci tangan (*hand wash*). Adanya peningkatan pengetahuan siswa dalam kegiatan pengabdian ini dikarenakan penggunaan media dan metode yang tepat. Dengan media ini siswa lebih fokus terhadap materi yang disampaikan. Berdasarkan evaluasi kegiatan pemberdayaan ini sebagian peserta menyatakan bahwa kegiatan ini sangat bermanfaat. Hal ini membuktikan kebutuhan peserta dalam melakukan *personal hygiene* cuci tangan sesuai dengan analisis situasi yang dilakukan sebelumnya.



Kesimpulan dan Saran

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini terdapat peningkatan pengetahuan siswa sebelum adanya kegiatan dan setelah dilaksanakan kegiatan. Kegiatan ini dilakukan dengan membentuk kelompok kecil. Saran

kedepannya selanjutnya dilakukan kegiatan yang berbeda dengan membentuk perawat kecil disekolah sebagai upaya meningkatkan kesadaran siswa untuk terus menerapkan PHBS baik disekolah maupun dirumah.

Daftar Pustaka

- Amanatillah, N. (2020). *Hubungan Karakteristik, Pengetahuan, Perilaku Dan Sosial Budaya Dengan Penyakit yang berkaitan Personal hygiene Pada lanjut usia di desa Rawa Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie tahun 2019.*
- Center, M. covid command. (2020). *Panduan Kesiapsiagaan Covid-19. HUBUNGAN PERSONAL HYGIENE DENGAN KEJADIAN KOTA MADIUN Oleh: Rany Prastian Peminatan Kesehatan Lingkungan.*
- Hulu.V.T, Tasnim, Sitorus.S, Parinduri.L, Sitorus.F, Chaerul.M, Sianturi.R.P.E, Simarmata.M, M. S. (2020). *kesehatan lingkungan. yayasan kita menulis.*
- Nasional, P. S., Pangestika, R., Alnur, R. D., Masyarakat, S. K., Kesehatan, F. I., Baru, K., & Asuhan, P. (2021). *Abdimasmu Abdimasmu.* 2(1), 150–158.
- Nugraheni H, Suha, I. . (2018). *Buku Ajar Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah.* Deepublish.
- Susilo, A., Rumende, C. M., Pitoyo, C. W., Santoso, W. D., Yulianti, M., Herikurniawan, H., Sinto, R., Singh, G., Nainggolan, L., Nelwan, E. J., Chen, L. K., Widhani, A., Wijaya, E., Wicaksana, B., Maksum, M., Annisa, F., Jasirwan, C. O. M., & Yuniastuti, E. (2020). *Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia,* 7(1), 45. <https://doi.org/10.7454/jpdi.v7i1.415>
- WHO. (2019). *Improviding health and learning through better water, sanitation and hygiene in schools. Europe: Who Regional Office For Europe.*