

## Pemeriksaan Kesehatan dan Edukasi Kesehatan dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa PAUD SEKAR MEKAR Clolo Surakarta

### *Health Examination and Health Education in Improving Clean and Healthy Living Behavior of PAUD SEKAR MEKAR Students, Clolo Surakarta*

Sri Handayani<sup>1\*</sup>, Suyanti<sup>2</sup>, Tiara Zakkia<sup>3</sup>, Riska Natalia<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Prodi DIII Keperawatan/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup>Prodi DIV Keperawatan Anestesiologi/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>3,4</sup>Mahasiswa Prodi S1 Gizi/Fakultas Ilmu Kesehatan, ITS PKU Muhammadiyah Surakarta

\*Email: [hand@itspku.ac.id](mailto:hand@itspku.ac.id)

#### *Abstrak*

Berdasarkan analisis situasi yang didapat dari Program Pengabdian Masyarakat ITS PKU Muhammadiyah Surakarta tahun 2022 di PAUD Sekar Mekar Clolo Kota Surakarta terdapat permasalahan masih rendahnya kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa. Dalam meningkatkan kesadaran terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat di desa Jebol, perlu dilakukan kegiatan melalui pemeriksaan Kesehatan dan penyuluhan. Lokasi kegiatan pengabdian ini berada di PAUD Sekar Mekar Clolo Kota Surakarta. Sasaran kegiatan pengabdian ini adalah siswa PAUD Sekar Mekar jumlah 12 siswa. Tahapan kegiatan pengabdian ini meliputi persiapan lokasi pengabdian dan koordinasi, menyiapkan alat antropometri, menyiapkan leaflet dan power point materi tentang PHBS dan cuci tangan dengan benar, menyiapkan soal pretest dan posttest, pemeriksaan Kesehatan yang meliputi pemeriksaan kuku, telinga, gigi dan mulut, penyuluhan PHBS dan penyuluhan cuci tangan yang benar. Hasil pengabdian ini adalah 100% IMT siswa-siswi PAUD Sekar Mekar Clolo dalam kategori normal dan sebagian besar siswa-siswi menerapkan PHBS meliputi kebersihan kuku, tangan, telinga, mulut dan gigi. Berdasarkan hal tersebut, kesimpulan yang dapat ditarik adalah bahwa peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengerti bahwa perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting untuk mencegah berbagai penyakit.

**Kata Kunci:** Pemeriksaan Kesehatan, Edukasi Kesehatan, PHBS

#### *Abstract*

Based on the situation analysis obtained from ITS PKU Muhammadiyah Surakarta Community Service Program at PAUD Sekar Mekar Clolo, Surakarta in 2022, there is a problem of low awareness of clean and healthy living behavior (PHBS) among students. In order to increase awareness of clean and healthy living behavior (PHBS) of the community in Jebol village, activities need to be carried out through health checks and education. The location of this service activity is at PAUD Sekar Mekar Clolo, Surakarta City. The target of this service activity is 12 students of PAUD Sekar Mekar. The stages of this service activity include preparing the service location and coordination, preparing anthropometric tools, preparing leaflets and power points about PHBS and washing hands properly, preparing pretest and posttest questions, health checks which include checking nails, ears, teeth and mouth, PHBS counseling, and education on proper hand washing. The result of this service is 100% BMI of Sekar Mekar Clolo PAUD students in the normal category and the majority of students apply PHBS including cleanliness of nails, hands, ears, mouth and teeth. Based on this, the conclusion that can be drawn that participants in community service activities understand that clean and healthy living behavior is very important to prevent various diseases.

**Keyword:** Health Checkup, Health Education, Clean and healthy living behavior.

## Pendahuluan

Berdasarkan analisis situasi yang didapat dari terdapat permasalahan pada PAUD Sekar Mekar Clolo diantaranya masih rendahnya kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat dari siswa-siswinya, masih kurangnya penyuluhan mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), ditemukan beberapa siswa belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam hal *personal hygiene* seperti kuku yang kotor dan panjang, telinga kotor, dan gigi yang karies. Kemudian juga terkait dengan pengambilan kebijakan terhadap program-program yang bersifat preventif dan promotif (pencegahan dan promosi) yang perlu ditingkatkan lagi. Kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemeriksaan kesehatan dan membangun kesadaran PHBS dilaksanakan pada siswa-siswi PAUD Sekar Mekar Clolo, diberikan wawasan pengetahuan serta ilmu yang terkait mengenai PHBS tentang pentingnya serta manfaat dari penerapan PHBS.

PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Kesehatan merupakan salah satu nikmat yang sangat berharga dalam kehidupan manusia. Kesehatan sebagai modal dasar untuk melakukan segala aktifitas. Menurut lembaga organisasi kesehatan dunia (WHO). Kesehatan adalah keadaan yang sempurna baik fisik, mental, maupun sosial dan tidak hanya bebas dari penyakit dan cacat. Masa usia dini merupakan periode *golden age* yaitu masa keemasan anak yang merupakan masa yang mendasari kehidupan masa selanjutnya. Pada masa ini selain tumbuh secara fisik, otak anak berkembang sangat pesat dan mencapai 50% kapabilitas kecerdasannya hingga mencapai usia 4 tahun, dan mencapai 80% saat usia 8 tahun. Untuk mendukung keberhasilan tumbuh kembang anak di masa *golden age*, kesehatan menjadi sangat penting untuk diperhatikan. Anak yang tumbuh dengan sehat dan cerdas adalah calon pemimpin masa depan yang diharapkan. Anak yang sakit-sakitan dan mempunyai masalah kesehatan yang serius, akan mengalami hambatan pertumbuhan dan perkembangan (Moerad et al. 2019)

Menurut Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 yang dilakukan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, terdapat perbaikan status gizi pada balita Indonesia namun belum signifikan, dari 37,2% menjadi 30,8%. Untuk status gizi buruk dan gizi kurang mengalami penurunan dari 119,6% menjadi 17,7%. Sedangkan untuk angka obesitas mengalami peningkatan dari 14,8% menjadi 21,8%. Prevalensi penyakit menular seperti malaria 1,4%, ISPA 4,4%, dan diare pada balita 12,3% (RISKESDAS, 2018). Beberapa data tersebut menunjukkan bahwa tingkat kesehatan anak Indonesia masih harus ditingkatkan kualitasnya. Oleh karena itu perlu peran serta semua pihak untuk mendukung tercapainya kualitas kesehatan anak yang lebih baik (Parlaungan et al. 2023).

Menjaga kesehatan anak secara keseluruhan adalah hal yang penting dilakukan, termasuk kesehatan gigi dan mulut, dengan menjaga kesehatan gigi dan mulut sejak dini merupakan faktor penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak itu sendiri. Pengenalan dan perawatan gigi secara dini adalah sangat penting, mengingat banyak anak dengan tingkat frekuensi karies atau lubang yang cukup tinggi masih banyak yang belum tertangani dengan benar (Mardhiati 2019).

Tujuan dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah meningkatkan pemahaman dan membangun kesadaran siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, meningkatkan kesadaran siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, terdapat perubahan perilaku siswa. Berdasarkan hasil kajian berbasis data-data tersebut di atas, maka tim pengabdi melakukan program pengabdian masyarakat ini untuk memperkuat gerakan dan peran serta masyarakat untuk melaksanakan praktik PHBS di tatanan sekolah.

## Metode Pelaksanaan

Mekanisme kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi beberapa tahap sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan meliputi beberapa kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

- a. Persiapan lokasi pengabdian dan koordinasi dengan kepala PAUD Sekar Mekar Clolo dalam hal waktu kegiatan penyuluhan
  - b. Pembuatan materi penyuluhan (leaflet dan demonstrasi)
  - c. Tahap persiapan alat antropometri Tahap ini yaitu mempersiapkan alat untuk pengukuran antropometri dan alat penlight serta pemotong kuku
2. Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan meliputi beberapa kegiatan yang dilakukan sebagai berikut:

    - a. Tahap pengukuran

Tahap ini adalah mengukur status gizi seperti berat badan, tinggi badan, pemeriksaan kebersihan telinga, kuku serta gigi dan mulut.
    - b. Tahap proses penyuluhan

Tahap ini adalah melakukan penyuluhan kepada masyarakat mengenai program yang akan dilakukan dan tentang program peningkatan pengetahuan siswa dan pemberian sarana pendukung PHBS.
  3. Tahap Evaluasi
    - a. Tahap evaluasi

Evaluasi pengukuran pengetahuan dan sikap dilakukan dengan cara memberikan pertanyaan dalam bentuk *pre test* sebelum memberikan penyuluhan dan *post test* setelah memberikan penyuluhan. Pengetahuan untuk menilai peningkatan pengetahuan dan sikap siswa.
    - b. Tahap pendampingan

Tahap pendampingan dari fasilitator selama pelatihan diberlakukan untuk dapat mendengarkan keluhan dan kebutuhan mitra secara efektif.

### **Hasil dan Pembahasan Hasil**

Pada tahap pelaksanaan meliputi dua kegiatan yaitu pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan), pemeriksaan kebersihan kuku, gigi dan mulut serta penyuluhan PHBS dan cuci tangan yang benar. Pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan), pemeriksaan kebersihan kuku, gigi dan mulut serta penyuluhan PHBS dan cuci tangan yang benar telah dilakukan pada tanggal 1 Desember 2022 jam 08.00-10.00 WIB di PAUD Sekar Mekar Clolo.

1. Tahap pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan), pemeriksaan kebersihan kuku, telinga, gigi dan mulut

Tahap ini adalah mengukur berat badan, tinggi badan, pemeriksaan kebersihan kuku, telinga, gigi dan mulut. Pada tahap ini diharapkan untuk mengetahui berat badan dan tinggi badan siswa serta kebersihan diri siswa.



Gambar 1. Pengukuran Berat Badan



Gambar 2. Pengukuran Tinggi Badan



Gambar 3. Pemeriksaan Telinga



Gambar 4. Pemeriksaan kuku, gigi dan mulut

Dalam melakukan kegiatan pengukuran status gizi pada peserta, pengabdian ini melibatkan mahasiswa dalam membantu mengukur tinggi badan, berat badan siswa.

Tabel 1. Hasil Pengukuran IMT siswa PAUD Sekar Mekar

Status IMT	n	%
Kurang	0	0
Normal	12	100
Lebih	0	0
<b>Total</b>	<b>12</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas status IMT siswa PAUD Sekar Mekar Clolo normal sejumlah 12 siswa (100%).

Tabel 2. Hasil Pemeriksaan kuku, telinga, gigi dan mulut siswa PAUD Sekar Mekar

Pemeriksaan	Status	n	%
Kuku	Kotor Bersih	2	16,7%
		10	83,3%
	Total	12	100%
Telinga	Kotor Bersih	5	41,6%
		7	58,4%
	Total	12	100%
Gigi	Karies Tidak	7	58,4%
	karies	5	41,6%
	Total	12	100%
Mulut	Kotor Bersih	2	16,7%
		10	83,3%
	Total	12	100%

Berdasarkan tabel 2 jumlah siswa dengan kuku bersih sejumlah 10 siswa (83,3%), telinga bersih sejumlah 7 siswa (58,4%), gigi karies sejumlah 7 siswa (58,4), dan mulut bersih sejumlah 10 siswa (83,3%).

## 2. Tahap Penyuluhan

Tahap ini adalah melakukan penyuluhan kepada siswa mengenai pengukuran antropometri (berat badan, tinggi badan), pemeriksaan kebersihan kuku, gigi dan mulut serta penyuluhan PHBS dan cuci tangan yang benar. Pada tahap ini diharapkan siswa memahami pentingnya pengetahuan dan sikap tentang PHBS.

## Pembahasan

PHBS dari Kemenkes RI terdiri dari PHBS rumah tangga, PHBS sekolah, PHBS saran umum. PHBS sekolah terdiri dari 6 indikator yaitu mencuci tangan dengan air bersih dan sabun ketika berada di sekolah, menggunakan jamban jika buang air kecil (BAK) dan buang air besar (BAB) ketika di sekolah, membuang sampah pada tempatnya, mengikuti kegiatan olahraga, jajan di kantin sekolah, dan tidak merokok di sekolah (Kemenkes 2013). Kegiatan brainstorming pada guru PAUD menghasilkan 8 kebutuhan pesan PHBS yang akan disampaikan pada siswa/i PAUD. Ada 8 pesan PHBS yang akan disampaikan pada siswa/i PAUD terdiri dari mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir, potong kuku tangan dan kaki, sikat gigi sesudah makan dan sebelum tidur, makan sayur dan buah setiap hari, pemilihan jajanan bersih dan sehat, membuang sampah pada tempat sampah, olah raga dengan rutin, dan penggunaan jamban bersih.

Hasil kegiatan penyuluhan tentang pengetahuan PHBS dan cuci tangan yang benar pada siswa-siswi PAUD Sekar Mekar Clolo menunjukkan bahwa dengan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan siswa-siswi terhadap perilaku PHBS dan cuci tangan yang benar. Hal ini tergambar dari hasil evaluasi yang mengukur tingkat pengetahuan tentang PHBS dan cuci tangan yang benar di sekolah melalui metode pengujian *pre test* dan *post test*. Dengan kegiatan penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan siswa-siswi tentang PHBS dan cuci tangan yang benar di rumah tangga. Metode penyuluhan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan sikap dan perilaku siswa-siswi yang dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (Anggoro, 2018).

Perilaku mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir sangat penting dilakukan oleh semua orang. Anak usia dini diajarkan untuk memiliki perilaku mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir saat mau makan, saat sesudah buang air besar dan buang air kecil, dan saat sesudah bepergian. Mencuci tangan yang benar sesuai rekomendasi Kemenkes. Perilaku mencuci tangan yang benar akan mencegah tertular bakteri yang dapat menyebabkan beberapa penyakit terkait pencernaan seperti diare dan typhus. Mencuci tangan

dengan sabun dan air mengalir merupakan salah satu upaya untuk mencegah penularan infeksi dengan menghilangnya mikroba yang ada di tangan. Perilaku masyarakat dalam mencuci tangan secara benar hanya mencapai 47 %. Perilaku mencuci tangan yang dianjurkan yaitu sebelum menyiapkan makanan, setiap kali tangan kotor (antara lain setelah memegang uang, binatang, berkebun), setelah buang air besar. Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir dianjurkan saat tangan terlihat kotor, menggunakan toilet, dan sebelum dan sesudah makan. Mencuci tangan harus menjadi prioritas pendidikan menanamkan praktik sederhana, dasar dan efektif kebersihan tangan (Kemenkes 2012).

Pesan kedua PHBS anak usia dini adalah potong kuku tangan dan kaki. Kuman seringkali bersembunyi pada kuku tangan dan kaki. Kebiasaan memotong kuku tangan akan mendukung pencegahan penyakit terkait pencernaan dan infeksi jamur pada kuku tangan dan kuku kaki. Pesan PHBS anak usia dini untuk membentuk kebiasaan memotong kuku tangan dan kaki dilakukan secara rutin. Pelaksanaan di PAUD, setiap hari Senin, dilakukan pemeriksaan kuku tangan dan kaki (Kemenkes 2012).

Pesan ketiga PHBS anak usia dini adalah sikat gigi sesudah makan dan sebelum tidur. Sikat gigi yang benar akan mencegah gigi berlubang dan kerusakan bagian gigi lainnya. Sikat gigi yang benar akan menghilangkan bakteri yang berasal dari sisa makan dan minum yang menempel di gigi. Sikat gigi yang dianjurkan untuk mencegah gigi berlubang memiliki gerakan ke atas dan kebawah. Kebiasaan mengkonsumsi makanan dan minuman yang manis pada anak usia dini, akan mempercepat proses gigi berlubang dan infeksi gigi lainnya, untuk itu kebiasaan sikat gigi secara benar sangat penting dilakukan. Gopdianto dkk (2015) menerangkan perilaku sikat gigi dengan frekuensi yang tidak optimal dapat disebabkan karena anak tidak dibiasakan melakukan penyikatan gigi sejak dini oleh orang tua, sehingga anak tidak mempunyai kesadaran dan motivasi untuk memelihara kesehatan gigi dan mulutnya, keadaan tersebut memudahkan gigi anak terkena resiko penyakit gigi dan mulut.

## Simpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat memberikan dampak bagi peningkatan derajat kesehatan siswa-siswi PAUD Sekar Mekar Clolo antara lain meningkatkan pengetahuan tentang perilaku PHBS, mengetahui akan pentingnya ber-PHBS, dapat mempraktekkan perilaku mencuci tangan yang baik sehingga akan terhindar dari berbagai penyakit.

## Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala PAUD Sekar Mekar Clolo yang telah memberikan ijin dan dukungan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Terkhusus, ucapan terima kasih juga kepada dosen dan mahasiswa dari ITS PKU Muhammadiyah Surakarta atas partisipasinya pada kegiatan pengabdian masyarakat ini.

## Daftar Pustaka

- Mardhiati, R. 2019. Guru paud: pendidikan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) anak usia dini. *IkraIth Abdimas*, 2(3): 133–141.
- Moerad, S.K., Susilowati, E., Savitri, E.D., Rai, N.G.M., Windiani, W., Suarmini, N.W., Hermanto, H., Mahfud, C. & Widayastuti, T. 2019. Pendampingan Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini-Pos PAUD Terpadu Melati Kelurahan Medokan Ayu-Rungkut Surabaya. *Sewagati*. 3(3): 90–96.
- Parlaungan, J., Loihala, M., Tambunan, S.G.P., Mensen, R. & Tarmani, R.S.A. 2023. *Pendidikan Kesehatan melalui 8 (Delapan) Pesan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Guru TK/PAUD*. Penerbit NEM.

Kemenkes. 2012. Pangan Jajan Anak Sekolah. *Jaringan Informasi Pangan dan Gizi*. XVI (2)

Gopdianto R., Rattu A.J., Mariati N.W. 2015. Status Kebersihan Mulut dan Perilaku Menyikat Gigi Anak SD Negeri 1 Malalayang. *Jurnal eGiGi (eG)*. 3(1).