

## PENYULUHAN CUCI TANGAN PAKAI SABUN DAN GIZI SEIMBANG KEPADA MURID TK PESANTREN MAULANA HASANUDIN PARIGI BARU

Hilda Nurul Fadillah<sup>1</sup>, Zulia Damayanti<sup>2</sup>, Ranji Prayuda<sup>3</sup>, Nunung Cipta Dainy<sup>4\*</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cireudeu, 15419

<sup>3</sup>Program Studi Manajemen Perbankan Syariah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cireudeu, 15419

<sup>4</sup>Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Kedokteran dan Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Cireudeu, 15419

[\\*nciptadainy@umj.ac.id](mailto:*nciptadainy@umj.ac.id)

### ABSTRAK

Anak-anak sekolah harus memperhatikan kesehatannya karena mereka termasuk kelompok usia yang rentan terkena virus mematikan serta berbagai penyakit serta permasalahan gizi. Namun, Pesantren Maulana Hasanudin belum pernah mengadakan penyuluhan tentang kesehatan pada siswa-siswinya. Oleh karena itu, Tim KKN Kelompok 27 melaksanakan kegiatan penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Gizi Seimbang kepada siswa-siswi Taman Kanak-kanak Pesantren Maulana Hasanudin. Kegiatan ini bertujuan agar siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah mengetahui, menyadari serta dapat mengaplikasikan cuci tangan pakai sabun dan gizi seimbang juga berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2021 dengan jumlah peserta sebanyak 25 orang siswa. Pelaksanaan kegiatan dilakukan sebanyak dua tahap, yakni : tahap pertama pemberian materi mengenai CTPS dan gizi seimbang, kemudian tahap kedua menampilkan video CTPS dan Isi Piringku serta pendampingan kepada siswa-siswi dalam mempraktekan cuci tangan pakai sabun. Bahan yang disiapkan adalah air bersih, sabun dan kain kering. Hasil kegiatan ini siswa-siswi TK Pesantren Maulana Hasanudin mengikuti penyuluhan CTPS dan Gizi Seimbang dengan antusias dan penuh motivasi, sehingga mereka mendapatkan pengetahuan cara mencuci tangan yang baik dan benar serta wawasan mengenai gizi seimbang. Seluruh siswa-siswi bersemangat dalam mempraktekan cara cuci tangan pakai sabun.

**Kata kunci:** Anak-anak, Cuci tangan, Gizi seimbang, KKN

### ABSTRACT

*School children must pay attention to their health because they are an age group that is vulnerable to deadly viruses and various diseases and nutritional problems. However, the Maulana Hasanudin Islamic Boarding School has never held health education to its students. Therefore, the Group 27 KKN Team carried out outreach activities on Hand Washing with Soap (CTPS) and Balanced Nutrition to the students of the Maulana Hasanudin Islamic Boarding School Kindergarten. This activity aims to make students, teachers, and the school community aware of, aware of and can apply hand washing and balanced nutrition as well as play an active role in realizing healthy schools. This activity was held on July 15, 2021 with a total of 25 students. The activity was carried out in two stages, namely: the first stage was providing material on CTPS and balance, then the second stage was showing CTPS videos and Fill My Plate and mentoring students in practicing hand washing with soap. The materials prepared are clean water, soap and dry cloth. The results of this activity, Maulana Hasanudin Islamic Boarding School Kindergarten students participated in the CTPS and Balanced Nutrition counseling with enthusiasm and full of motivation, so that they gained knowledge on how to wash hands properly and correctly as well as insight into balanced nutrition. All students are enthusiastic about soap practicing how to wash their hands*

**Keywords:** Children, Hand washing, Balanced nutrition, Student Study Service

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Kesehatan merupakan hal yang paling berharga bagi semua orang terutama anak-anak. Maka dari itu harus dipelihara dengan pola hidup bersih dan sehat supaya terhindar dari berbagai penyakit (Kementerian Kesehatan RI, 2009).

Anak usia taman kanak-kanak merupakan bagian dari anak usia prasekolah. Anak usia prasekolah adalah anak yang berusia 4-6 tahun dimana masa yang sangat penting yakni sebagai pondasi atau dasar untuk perkembangan masa depannya (Trisnawati, 2013). Pada masa pandemi ini semua orang terutama anak-anak harus memperhatikan kesehatannya karena termasuk kelompok yang rentan terkena virus mematikan tersebut. Selain itu, anak usia pra sekolah rentan terkena berbagai penyakit. Kebiasaan anak-anak mengkonsumsi jajanan kurang sehat dan tidak mencuci tangan menggunakan sabun sebelum makan akan mengakibatkan berbagai kuman penyebab penyakit mudah masuk ke dalam tubuhnya.

Menjadikan kegiatan mencuci tangan sebagai kebiasaan bagi anak sejak dini memiliki tantangan tersendiri karena remaja dan dewasa pun belum tentu lebih mudah dalam mengaplikasikan kebiasaan tersebut. Hal tersebut diketahui berdasarkan data hasil riset kesehatan dasar proporsi perilaku cuci tangan dengan benar pada penduduk umur  $\geq 10$  tahun di Indonesia belum mencapai 50% dimana pada tahun 2013 (47%) dan (49,8%) tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Dampak dari kurangnya penerapan cuci tangan paka sabun pada anak, yaitu diare dan kasus COVID-19. Prevalensi diare pada balita d Indonesia tahun 2013 (18,5%) dan (12,3%) thun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Dilansir melalui merdeka.com berdasarkan data IDAI case fatality rate 3 sampai 5 persen dan menjdi kematian yang paling banyak di dunia. Kemudian Aman Bhakti menjelaskan bahw dari total kasus positif Covid-19 nasional saat ini 12,5%

dikontribusikan anak usia 0 hingga 18 tahun. Selain itu, dilihat dari data provinsi 17 Juni 2021 dalam sehari terjadi peningkatan 661 anak terjangkit Covid-19. Dari jumlah tersebut 144 di antaranya usia balita (Supriatin, 2021).

Selain mencuci tangan ada hal lain yan tidak kalah penting, yaitu penerpan gizi seimbang. Gizi seimbang merupakan salah satu upaya untuk memantau berat badan secara teratur dalam rangka mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kementerian Kesehatan RI, 2014). Indonesia mengalami berbagai permasalahan gizi. Berdasarkan data hasil riset kesehatan dasar prevalensi balita gizi buruk dan gizi kurang di Inonesia pada tahun 2013 (19,6%) dan mengalami penurunan menjadi (17,7%) pada tahun 2018. Prevalensi status gizi pendek dan sangat pendek pada di Indonesia tahun 2013 sebesar 37,3% dan tahun 2018 sebesar 30,8%. Untuk prevalensi status gizi gemuk pada balita di Inonesia tahun 2013 (11,8%) dan (8%) tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kegiatan mencuci tangan dengan sabun dan gizi seimbang merupakan bagian dari program Perilaku Hidup Sehat dan Bersih.

Murid TK Pesantren Maulana Hasanudin memiliki risiko mengalami penyakit dan permasalahan gizi dan sekolah belum pernah mengadakan penyuluhan tentang Cuci Tangan Pakai Sabun Dan Gizi Seimbang. Oleh karena itu perlu diadakan penyuluhan kesehatan sebagai sarana informasi yang sangat intensif dan efektif untuk meningkatkan aspek kesehatan yang masih di nilai tertinggal di suatu tempat ( Notoatmodjo dalam Madanih, Anjari and Mutholib, 2019).

Sejalan dengan hal tersebut dalam Undang-Undang No. 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan ditegaskan bahwa kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Kementerian Kesehatan RI, 2009). Kemudian penerpan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Institusi Pendidikan sangat diperlukan agar sasaran

dapat mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan Institusi Pendidikan Ber-PHBS dengan menerapkan mencuci tangan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, membuang sampah di tempat sampah dll (Kementerian Kesehatan RI, 2011).

Oleh karena itu, penulis mengadakan kegiatan penyuluhan PHBS di TK Pesantren Maulana Hasanudin dengan tujuan memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar mengetahui, menyadari dan mampu mengaplikasikan cuci tangan pakai sabun dan gizi seimbang serta berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

## 2. METODE

Kegiatan kuliah kerja nyata dilaksanakan pada tanggal 15 Juli 2021 diikuti oleh 25 siswa TK Pesantren Maulana Hasanudin Kelurahan Parigi Baru. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan melalui dua tahap: Tahap pertama tim kegiatan memberikan materi mengenai cuci tangan pakai sabun dan gizi seimbang. Tahap kedua yaitu menampilkan video CTPS dan Isi Piringku, *Games* dan pendampingan anak-anak praktek cuci tangan. Alat dan bahan yang disiapkan yaitu sabun, kain kering, *microphone*, *speaker*, papan tulis, meja, laptop dan proyektor. Kegiatan ini dilaksanakan secara luring dengan penerapan protokol kesehatan oleh seluruh peserta, guru dan mahasiswa, yakni selalu menggunakan masker serta menjaga jarak.

Materi penyuluhan CTPS mencakup tentang pengertian, manfaat, waktu dan durasi yang tepat untuk mencuci tangan, alasan harus mencuci tangan pakai sabun, jenis-jenis penyakit yang dapat dicegah dengan mencuci tangan, dan cara mencuci tangan yang baik dan benar dengan menggunakan media foto serta video. Adapun materi penyuluhan gizi seimbang mencakup tentang pengertian gizi seimbang, pengertian dan sub isi piringku, serta pengenalan jenis pangan sumber karbohidrat, sayuran, lauk-pauk dan buah serta pemutaran video tentang isi piringku.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan kuliah kerja nyata dibagi menjadi dua tahap, antara lain:

a. Tahap pertama: Pemberian materi mengenai Penyuluhan CTPS dan Gizi Seimbang



Gambar 1. Proses Pelaksanaan Penyuluhan Tentang Cuci Tangan Pakai Sabun



Gambar 2. Proses Pelaksanaan Penyuluhan Tentang Gizi Seimbang

Pemberian materi mengenai Penyuluhan CTPS dilaksanakan pada anak-anak TK Pesantren Maulana Hasanudin sejumlah 25 siswa. Pemberian materi ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan anak. Dengan adanya pemberian materi penyuluhan ini anak-anak menjadi tahu bagaimana cara mencuci tangan yang baik dan benar.

Menurut (Kasuhadi, 2018), penyuluhan akan memberikan dampak yang baik dan merubah sikap siswa kelas 4,5, dan 6 di SD GMIM 76 Maliambao Kecamatan Likupang Barat Kabupaten Minahasa Utara.

b. Tahap kedua: Menampilkan video CTPS dan Isi Piringku, *Games*, serta

mendampingi anak-anak praktek cuci tangan.

Setelah diberikan materi penyuluhan CTPS, dilanjutkan dengan menonton video, *Games* dan anak-anak melakukan praktek cuci tangan pakai sabun didampingi tim kegiatan.



Gambar 3. *Games* Bersama Peserta



Gambar 4. Praktek Mencuci Tangan dengan Sabun dan Air Mengalir

Dengan melakukan pemberian materi penyuluhan dan pendampingan praktek ctps yang benar dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak, hal ini sesuai dengan pernyataan (Kartika, 2016), yang mengungkapkan bahwa dengan penyampaian informasi baik melalui pelajaran ataupun media promosi kesehatan visual yang menarik dan mudah dipahami oleh siswa mengenai CTPS dapat meningkatkan pengetahuan siswa. Hal ini sejalan (Natsir, 2018) yang menyatakan bahwa pengetahuan siswa kelas IV dan V SDN 169 Bonto Parang mengalami peningkatan pengetahuan mengenai PHBS khususnya CTPS setelah diberikan edukasi. Menurut (Amareta, 2017) dengan melakukan demonstrasi dalam kelompok-

kelompok kecil dan penyediaan sarana cuci tangan, sebagian besar pengetahuan peserta meningkat yang sedang (85.1%)

#### 4. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan CTPS dan Gizi Seimbang terlaksana dengan baik. Kegiatan dilakukan secara luring dengan penerapan protokol Kesehatan untuk memaksimalkan manfaat yang dapat diperoleh oleh siswa-siswi. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi momentum yang tepat untuk mengubah perilaku masyarakat, khususnya siswa-siswi Pesantren Maulana Hasanudin menjadi lebih sehat.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan Terima kasih ditujukan kepada:

1. Kepala LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah menyelenggarakan kegiatan KKN bagi mahasiswa.
2. Ketua Pimpinan Pondok Pesantren Maulana Hasanudin, Bapak Sariin, SPd.I. yang telah mendukung dan bekerjasama dengan baik dalam kegiatan ini

#### DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI (2009) *UNDANG-UNDANG REPUBLIK INDONESIA NOMOR 36 TAHUN 2009 TENTANG KESEHATAN*.
- Kementerian Kesehatan RI (2011) 'PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR: 2269/MENKES/PER/XI/2011'.
- Kementerian Kesehatan RI (2014) *PERATURAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR 41 TAHUN 2014 TENTANG PEDOMAN GIZI SEIMBANG*.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) 'Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)', *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), pp. 1–200. doi: 10.1088/1751-8113/44/8/085201.
- Madanih, R., Anjari, S. D. and Mutholib, A. (2019) 'Penyuluhan perilaku hidup

bersih dan sehat (PHBS) dengan 7 langkah cara mencuci tangan yang efektif di sekolah paud mawar kelurahan sawah baru, ciputat , tanggerang selatan’.

Supriatin (2021) ‘IDAI: Kematian Anak Indonesia Akibat Covid-19 Tertinggi di Dunia’, *Merdeka.com*. Available at: <https://www.merdeka.com/peristiwa/idai-kematian-anak-akibat-covid-19-di-ri-tertinggi-di-dunia.html>.

Trisnawati, E. (2013) ‘Hubungan Pemenuhan Gizi Seimbang Dengan Perkembangan Personal Sosial Anak Usia Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak Dharma Wanita Kecamatan Arjasa Kabupaten Jember’.

Amareta, D. I. (2017). Peningkatan Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Usia Sekolah dengan Metode Emo Demo. *Sanitasi, Jurnal Kesehatan Lingkungan*, Volume 9 Nomor 2.

Kartika, M. (2016). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Samiroto 01 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan*, Volume 4 Nomor 5.

Kasuhadi, O. A. (2018). Pengaruh Penyuluhan Kebersihan Tangan (Hand Hygine) Terhadap Perilaku Siswa SD GMIM 76 Maliambao Kecamatan Likupang Barat Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Volume 7 Nomor 5.

Natsir, M. F. (2018). Pengaruh Penyuluhan CTPS Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa SDN 169 Bonto Parang Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, Volume 1, Edisi 2.