

PENGENALAN PHBS (PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT) CARA MENCUCI TANGAN SEJAK DINI DAN EDUKASI OBAT BUKAN PERMEN DI SD NEGERI DEMANGAN YOGYAKARTA

Ari Susiana Wulandari¹, Eva Nurinda¹, Eliza Dwinta¹, Annisa Fatmawati^{1*}, Daru Estiningsih¹, Rizal Fauzi¹, Nurul Kusumawardhani¹, Emelda¹, Imram Radne Rimba Putri², Fatma Siti Fatimah², R. Jaka Sarwadhama²

Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Alma Ata¹
Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan,
Universitas Alma Ata²

Email 1: arisusianaw@almaata.ac.id , evanurinda@almaata.ac.id ,
elizadwinta@almaata.ac.id , annisafatma20@almaata.ac.id ,
daru_estiningsih@almaata.ac.id , rizalfauzi@almaata.ac.id ,
nurul.kusumawardani@almaata.ac.id , emelda@almaata.ac.id

Email 2: fatmasitifatimah@almaata.ac.id ,

ABSTRAK

Pengenalan cara mencuci tangan dan penggunaan obat perlu dilakukan pada siswa sekolah dasar. Siswa di SD Negeri Demangan Yogyakarta, belum pernah mendapatkan sosialisasi cara mencuci tangan dan pengetahuan tentang obat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan melalui pengenalan praktik cuci tangan dan pemahaman tentang obat kepada siswa kelas 2. Metode yang digunakan adalah ceramah interaktif, simulasi praktik, dan pemberian permainan edukatif.

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak dini dan edukasi obat bukan permen dilaksanakan di SD Negeri Demangan Yogyakarta pada tahun 2022. Siswa mampu mempraktekkan langkah cuci tangan dengan benar dan memahami bahwa obat harus digunakan sesuai aturan, bukan sembarangan seperti permen. Kegiatan ini melibatkan partisipasi aktif dari dosen Program Studi S1 Farmasi dan S1 Administrasi Rumah Sakit, siswa, guru, dan orang tua.

Kesimpulan dari kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa tentang langkah-langkah cuci tangan yang benar, terbukti melalui perbedaan skor rata-rata pretest dan posttest sebesar 3-5 poin. Edukasi ini berperan penting dalam membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini, sekaligus mengenalkan profesi apoteker dan pentingnya penggunaan obat yang tepat kepada masyarakat. Dukungan dari berbagai pihak berkontribusi pada keberhasilan kegiatan, yang diharapkan dapat menjadi model untuk program serupa di masa depan.

Kata Kunci: phbs, cuci tangan, obat, apoteker

ABSTRACT

Introduction to hand washing and use of medicine needs to be done to elementary school students. Students at SD Negeri Demangan Yogyakarta have never received socialization on how to wash their hands and knowledge about medicine. This activity aims to increase health awareness through the introduction of hand washing practices and understanding of medicine to grade 2 students. The methods used are interactive lectures, practical simulations, and providing educational games.

Community service activities on the introduction of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) from an early age and education that medicine is not candy were carried out at SD Negeri Demangan Yogyakarta in 2022. Students were able to practice the steps for washing their hands correctly and understood that medicine must be used according to the rules, not carelessly like candy. This activity involved the active participation of lecturers from the S1 Pharmacy and S1 Hospital Administration Study Programs, students, teachers, and parents.

The conclusion of the activity showed an increase in students' knowledge about the correct steps for washing their hands, as evidenced by the difference in average pretest and post-test scores of 3-5 points. This education plays an important role in forming healthy living habits from an early age, as well as introducing the profession of pharmacist and the importance of proper use of medicine to the community. Support from various parties contributed to the success of the activity, which is expected to be a model for similar programs in the future.

Keywords: *PHBS, hand washing, medicine, pharmacist*

PENDAHULUAN

Indonesia menghadapi tantangan besar dalam hal kesehatan masyarakat, termasuk perilaku hidup tidak sehat, penyakit, dan kurangnya gizi yang memengaruhi berbagai kelompok, terutama anak-anak usia dini. Kesehatan anak, baik fisik, mental, maupun sosial, sangat berpengaruh pada masa depan bangsa (Mardhiati, 2019). Upaya edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), seperti mencuci tangan, sangat penting dilakukan sejak dini. Selain itu, pemahaman tentang obat sebagai alat kesehatan, bukan sebagai permen, juga perlu diperkenalkan kepada anak-anak sekolah dasar (Rusdi *et al.*, 2020).

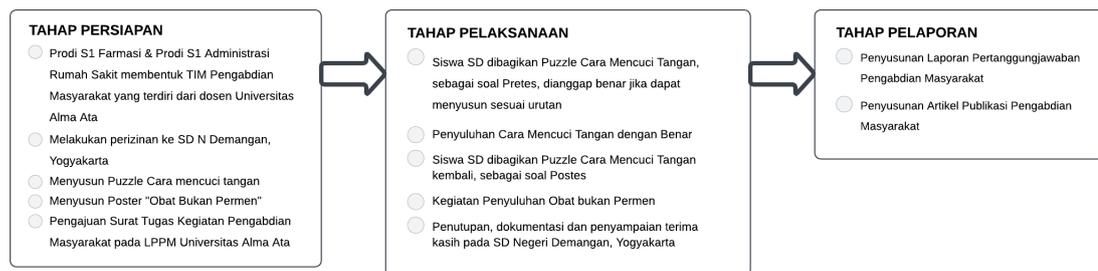
Penelitian yang dilakukan oleh Astutiningsih *et al.*, (2021) menunjukkan bahwa pengenalan profesi apoteker dan edukasi tentang obat dapat meningkatkan pemahaman anak tentang penggunaan obat yang aman dan benar. Sementara itu, penelitian oleh Karlinda *et al.*, (2023) menggarisbawahi pentingnya penyuluhan PHBS dengan pendekatan interaktif yang melibatkan praktik langsung untuk meningkatkan kesadaran kesehatan sejak usia dini. Kurangnya pemahaman anak-anak tentang pentingnya mencuci tangan sebagai bagian dari PHBS. Kesadaran anak tentang bahaya konsumsi obat tanpa aturan yang benar, sering disamakan dengan konsumsi permen (Astutiningsih dan Listyani, 2021). Kegiatan ini dirancang dalam bentuk pengabdian masyarakat di SD Negeri Demangan Yogyakarta, dengan pendekatan yang melibatkan penyuluhan interaktif tentang pentingnya PHBS, khususnya mencuci tangan dengan benar, dan edukasi tentang obat, termasuk cara mendapatkan, menggunakan, menyimpan, dan membuang obat dengan benar (Astuti dan Hidayati, 2021).

Tujuan kegiatan pengabdian Masyarakat ini yaitu, meningkatkan pemahaman siswa tentang PHBS, khususnya praktik mencuci tangan. Selain itu juga menanamkan kesadaran tentang penggunaan obat yang benar untuk mencegah penyalahgunaan (Cahyadi, 2022). Tujuan lainnya adalah membentuk kebiasaan hidup sehat sejak usia dini yang dapat meningkatkan kualitas hidup generasi mendatang, serta mengenalkan peran profesi apoteker kepada siswa sebagai upaya meningkatkan apresiasi terhadap profesi kesehatan (Octavia dan Aisyah, 2019). Pendekatan ini diharapkan mampu menciptakan generasi yang lebih sehat, mandiri, dan sadar akan pentingnya kesehatan dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dirancang dengan sasaran kegiatan adalah siswa kelas 2, SD Negeri Demangan, Yogyakarta. Fokus kegiatan pada siswa kelas yang sesuai dengan arahan sekolah. Media yang digunakan yaitu permainan edukatif berupa puzzle dan poster (Zakarya *et al.*, 2016). Tim pengabdian terdiri dari dosen Universitas Alma Ata, yang melibatkan Prodi S1 Farmasi dan Prodi S1 Administrasi Rumah Sakit (Fatmawati *et al.*, 2021).

Kegiatan pengabdian terdiri dari tiga tahapan. Tahap pertama (Gambar 1) yaitu tahap persiapan, Pembentukan Tim Pengabdian Masyarakat dari dosen Universitas Alma Ata, Perizinan ke SD Negeri Demangan, Yogyakarta dan Penyusunan media edukasi seperti Puzzle "Cara Mencuci Tangan." dan Poster "Obat Bukan Permen" (Anindita dan Nathalia, 2021). Kegiatan ini berdasarkan Penugasan dan pengesahan kegiatan melalui LPPM Universitas Alma Ata. Tahap kedua yaitu tahap Pelaksanaan: Siswa SD diminta menyusun Puzzle "Cara Mencuci Tangan" sebagai pretes. Setelah pretes, dilakukan penyuluhan mengenai cara mencuci tangan dengan benar. Penyusunan Puzzle "Cara Mencuci Tangan" kembali sebagai postes. Kegiatan penyuluhan "Obat Bukan Permen." Dokumentasi kegiatan dan penyerahan cendera mata sebagai penutup. Tahap ketiga yaitu tahapan pelaporan, penyusunan laporan pertanggungjawaban kegiatan dan publikasi artikel hasil pengabdian masyarakat (Fatmawati *et al.*, 2024).



Gambar 1. Peta Kegiatan Pengabdian Masyarakat di SD N Demangan Yogyakarta

HASIL

Kegiatan penyuluhan Pengenalan PHBS dan Obat bukan Permen dilaksanakan pada hari Sabtu, 25 Juni 2022 yang berlokasi di SDN Demangan Yogyakarta. Kegiatan tersebut dihadiri oleh peserta yang terdiri dari siswa-siswi

SDN Demangan. Narasumber Imram Radne Rimba Putri, MMR, menjelaskan pentingnya cuci tangan, dengan mempraktekkan 6 langkah cuci tangan. Menurut Husni dan Ramadhany (2019), kegiatan pengabdian sosialisasi cara mencuci tangan pada anak usia sekolah dasar dapat bertujuan untuk mengurangi angka atau jumlah ketidakhadiran siswa yang sakit karena tidak menerapkan pola hidup bersih dan sehat (Husni and Ramadany, 2019).



Gambar 2. Siswa Mengerjakan Pretest Menyusun Puzzle Cuci Tangan



Gambar 3. Siswa Mengerjakan Posttest Menyusun Puzzle Cuci Tangan

Kegiatan penyuluhan ini dibagi menjadi 2 sesi utama yakni sesi 1 penyuluhan PHBS dan sesi ke dua penyuluhan obat bukan permen. Durasi penyampaian materi masing-masing sesi adalah 40 menit. Siswa-siswi di kelas 2A dibagi menjadi 4 kelompok, setiap kelompok terdiri dari 4-5 anak. Kegiatan penyuluhan diawali dengan pembagian puzzle cuci tangan. Siswa diberikan puzzle cuci tangan secara acak dan diberikan waktu 10 menit untuk menyusun puzzle

berurutan dengan benar. Pemberian puzzle ini merupakan sebagai bentuk pretest (Gambar 2), untuk menilai siswa apakah siswa sudah mengetahui langkah cuci tangan dengan benar (Astuti dan Hidayati, 2021). Setelah pemberian pretest, narasumber memberikan materi mengenai PHBS–cuci tangan. Selesai penyampaian materi, siswa diberikan puzzle cuci tangan kembali secara acak dan diberikan waktu 10 menit untuk disusun kembali secara urut (Gambar 3). Bentuk kegiatan seperti ini merupakan posttest untuk mengukur sejauh mana siswa menerima informasi dan mengevaluasi informasi yang telah diberikan (Gambar 4) (Astuti dan Hidayati, 2021).



Gambar 4. Siswi Mempraktekkan Cara Cuci Tangan yang Baik dan Benar

Tabel 1. Hasil Penilaian Pretest dan Posttest Siswa Kelas 2A SDN Demangan

Kelompok	Pretest Cuci Tangan		Posttest Cuci Tangan		Selisih skor (posttest -pretest)	Kategori pengetahuan PHBS
	Susunan puzzle	SKOR	Susunan puzzle	SKOR		
1	1-3-6-4-2-5	1	1-2-3-4-5-6	6	5	naik
2	1-3-5-4-2-6	2	1-2-3-4-5-6	6	4	naik
3	1-3-2-5-4-6	3	1-2-3-4-5-6	6	3	naik
4	1-2-3-6-5-4	3	1-2-3-4-5-6	6	3	naik

Skor penilaian pretest dan posttest terlihat dalam Tabel 1. Berdasarkan analisis data, hasil pretest tentang saat penyusunan puzzle, siswa terlihat belum paham dan belum mengetahui mengenai langkah cuci tangan yang benar. Namun setelah diberikan penyuluhan siswa menjadi paham dan dapat menyebutkan urutan langkah cuci tangan dengan benar. Kegiatan ini juga sesuai dengan hasil pengabdian masyarakat oleh Manurung (2020), dimana siswa juga mampu mempraktekkan langkah cuci tangan dengan benar, kebiasaan mencuci tangan dengan benar ini juga mampu mencegah risiko terjadinya diare pada anak (Manurung, 2020). Pemberian soal pretes dan postes ini bermanfaat untuk mengukur tingkat pemahaman peserta pengabdian masyarakat (Hikmah, 2019)(Sukmawati *et al.*, 2023).



Gambar 5. Puzzle "Cara Mencuci Tangan" dan Poster "Obat Bukan Permen".

Media pengabdian masyarakat ini terdapat pada Gambar 5. Pembelajaran kesehatan dapat dikembangkan secara efektif, efisien, dengan menggunakan metode *interactive learning* di luar kelas (Astutiningsih *et al.*, 2021). Pemberian informasi pengetahuan (*transfer of knowledge*), pembiasaan yang baik (*good habit*)

sejak dini disertai pendampingan atau praktik langsung merupakan sebuah usaha guna menghadang agar kuman, penyakit, dan virus COVID 19 tidak semakin meluas. Pendidikan kesehatan cuci tangan dengan sabun sangat penting dan bermanfaat bagi anak-anak karena membantu merangsang otak anak untuk mengingat pentingnya menjaga kebersihan tangan dengan cuci tangan pakai sabun dalam kesehariannya (Karlinda *et al.*, 2023). Narasumber dari Apoteker, menyampaikan tentang macam-macam obat, dimana obat itu bukan permen yang bisa dikonsumsi kapan pun oleh siapa pun dan berapapun jumlahnya. Pengenalan obat sejak dini perlu ditanamkan agar anak tahu bahwa obat bukanlah permen yang bisa dikonsumsi kapanpun dan berapapun (Astuti and Hidayati, 2021).

KESIMPULAN

Kegiatan ini bertujuan untuk memperkenalkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui edukasi tentang cuci tangan sejak dini serta edukasi obat bukan permen kepada siswa kelas 2. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, permainan edukatif, dan praktik langsung. Hasilnya menunjukkan peningkatan pemahaman siswa mengenai langkah-langkah cuci tangan yang benar serta pentingnya mengenali obat bukan sebagai permen. Kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran kesehatan sekaligus mempererat hubungan antara siswa, guru, dan masyarakat sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami haturkan pada SD Negeri Demangan, Yogyakarta yang telah memberikan izin untuk kegiatan pengabdian masyarakat dan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Universitas Alma Ata, Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Anindita, R. and Nathalia, D.D. (2021) 'Edukasi Pembuatan & Pemanfaatan Obat Tradisional (Jamu) Untuk Meningkatkan Sistem Kekebalan Tubuh Di Masa Pandemi Covid-19 Melalui Media Online', *Jurnal Mitra Masyarakat*, 2(1), pp. 60–69. Available at: <https://doi.org/10.47522/jmm.v2i1.54>.
- Astuti, E.J. and Hidayati, I.R. (2021) 'Edukasi Dagusibu Dan Pengenalan Apoteker Cilik (Apocil)', *Martabe : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(3),

pp. 984–989. Available at: <http://jurnal.um-tapsel.ac.id/index.php/martabe/article/view/4564>.

Astutiningsih, C., Tjahjani, N.P. and Listyani, L. (2021) ‘Pengenalan Profesi Apoteker dan Mengenali Obat Sejak Usia Dini’, *Jurnal Abdidas*, 2(3), pp. 713–719. Available at: <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i3.344>.

Cahyadi, A.T. (2022) ‘Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Anak Sekolah Dasar Di Sdn 13 Kolo Kota Bima’, *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, 7(4), pp. 2020–2023. Available at: <https://doi.org/10.58258/jupe.v7i4.4423>.

Fatmawati, A. *et al.* (2021) ‘Sosialisasi Pembuatan Jamu Kekinian Dan Jamu Instan Di Dusun Kadibeso , Argodadi , Sedayu , Bantul , DIY’, *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat MEDITEG*, 2(November), pp. 79–88. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.34128/mediteg.v6i2.95>.

Fatmawati, A. Sri Suprapti, Ade Puspitasari, Wahyu Yuliana Solikah, Adhi Gunawan. (2024) ‘PENYULUHAN KOSMETIKA HERBAL UNTUK WAJAH DAN PEMBUATAN MASKER BUBUK ORGANIK DI KRAPYAK WETAN Annisa’, 1(1), pp. 1–6. Available at: <https://doi.org/https://doi.org/10.58740/m-jp.v1i2.310>.

Hikmah, E. (2019) ‘Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Mencuci Tangan Pada Anak Di Sd Taman Sukaria I Kota Tangerang’, *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 6(1), pp. 77–90. Available at: <https://doi.org/10.36743/medikes.v6i1.162>.

Husni, E. and Ramadany, S. (2019) ‘PRAKTEK CUCI TANGAN PAKAI SABUN PADA SISWA SEKOLAH DASAR 05 NAGARI MUNGKA KABUPATEN LIMA PULUH KOTA Processing of Washing use Soap Wash in Basic School Students 05 Nagari Mungka , Puluh Kota Lima District PENDAHULUAN Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) merup’, *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 2(4), pp. 443–449. Available at: <http://buletinnagari.lppm.unand.ac.id/index.php/bln/article/download/153/52>.

Karlinda *et al.* (2023) ‘EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT KEPADA ANAK DI KAMPUNG BENIT DESA SEI MENGKUANG MUARA BUNGO’, *Jurnal Abdi Masyarakat*, 1(3), pp. 223–226.

Manurung, I. (2020) ‘Peningkatan Pengetahuan dan Praktek Cuci Tangan Sebagai Upaya Pencegahan Penyakit Diare Pada Anak Sekolah Dasar Marsudirini Kefamenanu’, *Warta Pengabdian*, 14(2), pp. 134–140. Available at: <https://doi.org/10.19184/wrtp.v14i2.16530>.

Mardhiati, R. (2019) ‘Guru Paud : Pendidikan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Anak Usia Dini Retno Mardhiati’, *Ikraith Abdimas*, 2(3), pp. 134–141.

Octavia, D.R. and Aisyah, M. (2019) ‘Pelatihan Apoteker Cilik Siswa Sekolah Dasar Dalam Upaya Penggunaan Obat Yang Tepat Di Lamongan’, *JCES (Journal of Character Education Society)*, 2(2), pp. 1–10. Available at: <http://journal.ummat.ac.id/index.php/JCES/article/view/1482>.

- Rusdi, M.S. *et al.* (2020) 'Edhukasi Penerapan Perielaku Hidhup Bersih dan Sihhat (PHBS) sebahgai Upaya Pencigahan Penyebaran Covid-19', *Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(1), pp. 47–51. Available at: <https://doi.org/10.25008/altifani>.
- Sukmawati, I.K. *et al.* (2023) 'Optimalisasi Peran Tenaga Teknis Kefarmasian (TTK) Dan Persatuan Ahli Farmasi Indonesia (PAFI) Dalam Swamedikasi Sediaan Obat Syrup Diduga Penyebab Gangguan Ginjal Pada Anak', *Jurnal Pengabdian Mandiri*, 2(1), pp. 83–92. Available at: <https://www.bajangjournal.com/index.php/JPM/article/view/4667>.
- Zakarya, Y.N., Dewi, E.I. and Susanto, T. (2016) 'Pengaruh Pelatihan Cuci Tangan Bersih dengan Metode Bermain Puzzle terhadap Kemampuan Melakukan Cuci Tangan Anak Tunagrahita di SDLB-C TPA Kabupaten Jember (The Effect of Hands Washing Training with Puzzle Method to Ability to Wash Hands of Children with', *Pustaka Kesehatan*, 4(3), pp. 563–567. Available at: <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/6164>.