

PENINGKATAN PEMAHAMAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT(PHBS) DAN PENYAKIT KECACINGAN BAGI SISWA SEKOLAH DASAR (SD) GMIT BOKONUSAN DI KECAMATAN SEMAU KABUPATEN KUPANG

Deviarbi Sakke Tira¹, Masrida Sinaga², Ribka Limbu³, Amelia B. Sir⁴

¹⁻⁴ Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Masyarakat Universitas Nusa Cendana
Email Penulis : tuamanete@yahoo.co.id

ABSTRAK

Hygiene (kebersihan) perorangan pada anak merupakan hal yang sesungguhnya perlu mendapat perhatian serius dari semua pihak karena perilaku hygiene perorangan yang buruk dapat menyebabkan dampak negatif pada kualitas kehidupan selanjutnya, yang tidak hanya dalam bentuk dampak fisik tapi juga dampak psikososial kehidupan anak.

Sekolah merupakan perpanjangan tangan keluarga dalam meletakkan dasar perilaku, termasuk perilaku kesehatan pada anak. Sekolah Dasar (SD) terkhususnya, menjadi pintu masuk perbaikan pengetahuan, sikap, dan perilaku hygiene perorangan di masyarakat. Anak SD adalah kelompok yang berada dalam taraf pertumbuhan dan perkembangan sehingga sangat peka untuk menerima perubahan dan mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan yang baik, termasuk kebiasaan hygiene perorangan. Oleh karenanya, peningkatan pengetahuan anak SD mengenai hygiene perorangan dan akibatnya terhadap kesehatan jika tidak dilakukan dengan baik, sangat perlu dilakukan untuk mencegah dan meningkatkan kesehatan anak sekolah.

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini dilaksanakan di SD GMIT Bokonusan Kecamatan Semau Kabupaten Kupang. Metode yang digunakan adalah penyuluhan, pemantauan, dan evaluasi tim. Kegiatan yang dilakukan berupa pemberian edukasi (diseminasi informasi kesehatan) mengenai perilaku hygiene perorangan dan akibat hygiene perorangan yang buruk terhadap kesehatan, misalnya penyakit Kecacingan.

Kata Kunci : Kebersihan Perorangan, Penyakit Kecacingan

IMPROVING UNDERSTANDING OF CLEAN AND HEALTHY LIFE PATTERNS AND WORM DISEASE FOR STUDENTS OF GMIT BOKONUSAN ELEMENTARY SCHOOL IN SEMAU DISTRICT, KUPANG REGENCY

Deviarbi Sakke Tira¹, Masrida Sinaga², Ribka Limbu³, Amelia B. Sir⁴

¹⁻⁴ Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan
Masyarakat Universitas Nusa Cendana

*Author Email: tuamanete@yahoo.co.id

ABSTRACT

Personal hygiene in children is something that really needs serious attention from all parties because poor personal hygiene behavior can have a negative impact on the quality of later life, which is not only in physical form but also psychosocial impacts.

School is an extension of the family's hand in laying the foundation for behavior, including health behavior in children. Elementary schools (SD), in particular, are the entry point for improving knowledge, attitudes, and personal hygiene behavior in the community. Elementary school children are a group that is in the stage of growth and development so that they are very sensitive to accept changes and are easy to be guided, directed, and instilled good habits, including personal hygiene habits. Therefore, increasing the knowledge of elementary school children about personal hygiene and its consequences on health if not done properly, is very necessary to prevent and improve the health of school children. This community service activity was carried out at SD GMIT Bokonusan, Semau District, Kupang Regency. The methods used were counseling, monitoring, and team evaluation. The activities carried out are in the form of providing education (dissemination of health information) regarding personal hygiene behavior and the consequences of poor personal hygiene on health, such as worm disease.

Keywords: *Personal Hygiene, Worm Disease*

PENDAHULUAN

Pemeliharaan kebersihan dan kesehatan pribadi merupakan salah satu upaya pendidikan kesehatan yang penting untuk diberikan anak. Upaya ini dapat dilakukan baik ketika anak berada di rumah maupun ketika anak berada di sekolah sebagai peserta didik. Melalui peningkatan kebersihan dan kesehatan pribadi, kesehatan anak, terkhususnya siswa sekolah akan menjadi lebih baik.

Sekolah merupakan perpanjangan tangan keluarga dalam meletakkan dasar perilaku, termasuk perilaku kesehatan pada anak (Notoatmodjo, 2010). Sekolah Dasar (SD), terkhususnya, menjadi pintu masuk perbaikan pengetahuan, sikap, dan perilaku hygiene perorangan di masyarakat (Achadi dkk, 2010). Anak SD adalah kelompok yang berada dalam taraf pertumbuhan dan perkembangan sehingga sangat peka untuk menerima perubahan dan mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan yang baik (Notoatmodjo, 2010), termasuk kebiasaan hygiene perorangan. Pendidikan kesehatan mengenai pentingnya hygiene perorangan dan akibat negatif dari tidak melakukan hygiene perorangan yang benar, pada akhirnya, sangat dibutuhkan untuk memberikan pengertian sedini mungkin dan khususnya untuk memperbaiki pengetahuan dan perilaku hygiene perorangan anak sekolah kearah yang lebih positif.

Jenis hygiene perorangan, menurut Hidayat (2008) meliputi: perawatan diri pada kulit; perawatan diri pada kuku, kaki dan tangan, perawatan diri pada rambut, kebersihan mulut dan gigi, kebersihan diri pada mata, dan kebersihan telinga dan hidung. Dalam meningkatkan pelaksanaan hygiene perorangan anak tentunya diperlukan dukungan lingkungan sekitar, seperti keluarga, teman, dan pihak sekolah. Berdasarkan survey awal, perilaku hygiene perorangan yang baik pada anak sekolah masih menjadi suatu masalah bagi murid SD GMIT Bokonusan Kecamatan Semau, Kabupaten Kupang. Sebagian besar siswa masih belum mempraktekan perilaku hygiene perorangan yang benar, yang dapat disebabkan oleh rendahnya pengetahuan mereka mengenai manfaat dan akibat negatif dari tidak memperhatikan hygiene perorangan. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan kemampuan para siswa SD GMIT Bokonusan untuk dapat melakukan perilaku hygiene perorangan yang tepat sebagai bagian dari upaya pencegahan penyakit dan pemeliharaan kesehatan mereka.

Secara umum kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengarahkan siswa SD untuk :

1. Melakukan tindakan preventif terhadap peluang munculnya masalah kesehatan yang berhubungan dengan Masalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)
2. Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang hygiene perorangan serta penyakit Kecacingan
3. Memberdayakan siswa SD untuk melakukan tindakan preventif dengan baik
4. Mendukung program pemerintah daerah dan puskesmas dalam menjaga dan meningkatkan derajat kesehatan masyarakat

METODE KEGIATAN PENGABDIAN

Pelaksanaan pengumpulan data dalam pengabdian ini menggunakan jenis Eksplorasi dengan kombinasi rancangan Observasi dan *Crosssectional Study*; dimana semua data dikumpulkan dalam satu waktu pengumpulan data disertai dengan pengamatan lapangan dan pencatatan. Selanjutnya dilakukan penyuluhan tentang hygiene diri (perorangan) serta penyakit yang dapat ditimbulkan seperti penyakit kecacingan. Kegiatan Pengabdian ini dilaksanakan pada tanggal 13 Agustus 2022 dengan lokasi kegiatan SD GMIT Bokonusan Kecamatan Semau Kabupaten Kupang.

Rencana-rencana kegiatan yang dilakukan berdasarkan kesepakatan dengan mitra:

1. Realisasi penyelesaian masalah
 - 1) Survey, observasi lapangan , dan wawancara dengan pihak mitra
 - 2) Persiapan bahan dan peralatan penunjang
 - 3) Pelaksanaan kegiatan penyuluhantentang hygiene perorangan dan akibat negatif yang dapat ditimbulkan dari hygiene perorangan yang buruk
 - 4) Pemasangan dan pemberian media informasi yang menarik berupa leaflet.
 - 5) Pemantauan dan evaluasi tim.
2. Partisipasi mitra

Mitra berpartisipasi dalam hal-hal sebagai berikut:

- 1) Menentukan prioritas masalah.

- 2) Menyiapkan waktu, ruangan, dan mengkoordinir kelompok siswa di SD GMT Bokunusan
- 3) Berpartisipasi dalam penyuluhan dan pelatihan yang diadakan di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Persiapan Sebelum Pelaksanaan Kegiatan

Sebelum pelaksanaan kegiatan, tim telah berkoordinasi dengan pihak sekolah terkait waktu pelaksanaan kegiatan sehingga kepala sekolah dan guru telah mempersiapkan para siswa dan ruangan kelas untuk penyelenggaraan kegiatan pengabdian. Kegiatan diawali dengan sambutan kepala sekolah dan langsung diikuti dengan kegiatan inti, yaitu penyuluhan/penyajian materi, demonstrasi dan permainan (*games*). Narasumber merupakan staf dosen dari FKM Undana yang memberikan penjelasan kepada para siswa yang hadir tentang hal-hal terkait perilaku hidup bersih dan sehat, terkhususnya perilaku higiene (kebersihan) diri serta penyakit kecacingan, dampak dari PHBS yang buruk.

2. Pelaksanaan Kegiatan dan Materi penyuluhan

Kegiatan penyuluhan dimulai dengan pengenalan tim pengabdian dan penjelasan singkat kepada peserta mengenai maksud dan tujuan penyuluhan yang akan dilakukan. Setelah pengenalan dan penjelasan singkat tersebut, para siswa/i diminta untuk menjawab beberapa pertanyaan pretest yang telah disiapkan sebelumnya oleh tim pengabdian untuk mengetahui dan mengukur pengetahuan awal peserta mengenai perilaku hygiene perorangan.

Materi penyuluhan yang diberikan selama pelaksanaan kegiatan, sebagai berikut:

1.1. Hygiene Perorangan

Hygiene adalah usaha kesehatan lingkungan masyarakat yang mempelajari pengertian pengaruh kondisi lingkungan terhadap kesehatan manusia, upaya mencegah timbulnya penyakit karena pengaruh lingkungan kesehatan tersebut serta membuat kondisi lingkungan sedemikian rupa sehingga terjamin pemeliharaan kesehatan (Azwar, 1992). Sedangkan hygiene perorangan menurut Adam, 1992, adalah suatu usaha pengetahuan tentang usaha-usaha kesehatan perorangan untuk

memelihara kesehatan diri, memperbaiki dan mempertinggi nilai kesehatan, dan mencegah timbulnya penyakit. Menurut Efendi,1998, kebersihan tubuh (Hygiene perorangan) adalah :

- a. Mencuci tangan sesudah bangun tidur dengan sabun, tindakan yang samaharus dilakukan setiap selesai memegang benda-benda kotor termasuk sesudah buang air serta membersihkan dari mulut, hidung, mata, telinga, dan luka.
- b. Menggosok gigi setiap selesai makan dan bila hendak dan setelah bangun tidur.
- c. Memotong kuku sependek-pendeknya.
- d. Mandi sedapat mungkin dua kali sehari karena mandi dapat melarutkan keringat, mencegah gatal-gatal dan berbagai penyakit lainnya.
- e. Menghindarkan penggunaan alat-alat makan, gelas, handuk, sapu tangan, sisir, sikat rambut dan pipa rokok secara bersama-sama yang tidak bersih.
- f. Menghindarkan terpaparnya orang lain terhadap percikan dari hidung dan mulut seseorang seperti batuk, bersin, tertawa, atau berbicara.

Tujuan perawatan personal hygiene menurut Wartonah (2006) adalah meningkatkan derajat kesehatan seseorang, memelihara kebersihan diri seseorang, memperbaiki personal hygiene yang kurang, meningkatkan percaya diri seseorang, mencegah penyakit, dan menciptakan keindahan. Dampak yang sering timbul pada masalah personal hygiene adalah:

a) Dampak fisik

Banyak gangguan kesehatan yang diderita seseorang karena tidak terpeliharanya kebersihan perorangan dengan baik. Gangguan fisik yang sering terjadi adalah gangguan integritas kulit. Gangguan mukosa mulut, gangguan pada mata dan telinga, gangguan pada kuku.

b) Dampak psikososial

Masalah sosial yang berhubungan dengan personal hygiene adalah gangguan kebutuhan rasa nyaman, kebutuhan harga diri, aktualisasi diri dan gangguan interaksi sosial.

Menurut Hidayat (2008), pemenuhan perawatan diri dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya budaya, nilai sosial pada individu atau keluarga, pengetahuan terhadap perawatan diri, serta persepsi terhadap perawatan diri.

Jenis-jenis perawatan diri:

1) Perawatan diri pada kulit

Kulit merupakan salah satu bagian penting dari tubuh yang dapat melindungi tubuh dari berbagai kuman atau trauma, sehingga diperlukan perawatan yang cukup dalam mempertahankan fungsinya. Kulit secara umum mempunyai berbagai fungsi, diantaranya :

- a. Melindungi tubuh dari masuknya berbagai kuman atau trauma jaringan bagian dalam yang juga dapat menjaga keutuhan kulit.
- b. Mengatur keseimbangan suhu tubuh dan membantu produksi keringat serta penguapan.
- c. Sebagai alat peraba yang dapat membantu tubuh menerima rangsangan dari luar melalui rasa sakit, sentuhan, tekanan, atau suhu.
- d. Sebagai alat ekskresi keringat melalui pengeluaran air, garam, dan nitrogen.
- e. Mengatur keseimbangan cairan dan elektrolit yang bertugas mencegah pengeluaran cairan tubuh secara berlebihan.
- f. Memproduksi dan menyerap vitamin D sebagai penghubung atau pemberi vitamin D dari sinar ultraviolet matahari (Hidayat, 2008)

Salah satu bentuk perawatan kulit adalah mandi. Mandi bermanfaat untuk menghilangkan atau membersihkan bau badan, keringat dan sel yang mati, serta merangsang sirkulasi darah, dan membuat rasa nyaman.

Mandi menggunakan sabun mandi secara rutin minimal 2 kali sehari (bila perlu lakukan lebih sering bila kerja di tempat kotor atau banyak berkeringat). Hindari penggunaan pakaian, handuk, selimut, sabun mandi, dan sarung secara berjamaah. Hindari penggunaan pakaian yang lembab/basah (karena keringat/sebab lain). Gunakan obat

anti jamur kulit (bila perlu). Mengganti pakaian dengan teratur. Minimal 1x sehari atau setelah mandi. Biasakan mengganti pakaian setibanya di rumah setelah pulang sekolah atau bepergian karena pakaian dan keringat akan menempel pada pakaian setelah di pakai beraktivitas (Haince, 2012).

2) Perawatan diri pada kuku, kaki dan tangan.

Menjaga kebersihan kuku merupakan salah satu aspek penting dalam mempertahankan perawatan diri karena kuman dapat masuk ke dalam tubuh melalui kuku (Hidayat, 2008). Oleh karena itu, Potong kuku 1x/mg atau saat terlihat panjang menggunakan pemotong kuku, dan setelah dipotong ujung kuku dihaluskan/dikikir (Haince, 2012). Masalah pada kuku kaki dan tangan sampai terjadi nyeri atau ketidaknyamanan disebabkan karena perawatan yang salah atau kurang terhadap kaki dan tangan, seperti menggigit kuku dan pemotongan yang tidak tepat dan pemakaian sepatu yang tidak pas (Potter, 2006).

Bersihkan tangan dan kaki sehari minimal 2x/hr atau setiap kotor. Mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih yang mengalir. Sabun dapat membersihkan kotoran dan membunuh kuman yang masih tertinggal di tangan. Oleh karena itu biasakan cuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun agar tangan bersih dan sehat. Saat harus cuci tangan yaitu setiap tangan kita kotor (setelah memegang uang, memegang binatang, berkebun), setelah buang air besar atau buang air kecil, sebelum makan dan sebelum memegang makanan. Untuk menjaga kebersihan dan kesehatan pada kaki, gunakan alas kaki yang lembut, aman, dan nyaman.

Jenis alas kaki yang dipakai dapat mempengaruhi masalah pada kaki dan kuku kaki. Sepatu yang sempit atau kurang pas dapat menyebabkan luka kulit tertentu dan mengganggu sirkulasi darah di kaki. Menjaga kebersihan sepatu itu juga sangat penting. Begitu kaki berkeringat, keringatnya akan menempel ke sepatunya, sehingga menjadi tempat tumbuhnya bakteri yang bisa menyebabkan penyakit-penyakit di kaki. Segera setelah pulang sekolah dan tiba di rumah,

bukalah sepatunya terlebih dahulu. Kemudian untuk menjaga sepatunya tetap bersih dengan cara mencuci, menyikat, dan menyemirnya. Usai beraktivitas ajarkan anak untuk mencuci kakinya dan mengeringkannya dengan baik. Cuci kaki dengan baik ketika mandi atau sebelum pergi tidur. Keringkan dengan baik menggunakan handuk bersih (Haince, 2012).

3) Perawatan diri pada rambut

Rambut merupakan bagian dari tubuh yang memiliki fungsi sebagai proteksi serta pengatur suhu, melalui rambut perubahan status kesehatan diri dapat diidentifikasi (Hidayat, 2008). Rambut yang bersih tak hanya menghindarkan aroma tak sedap, tetapi juga menghindari gangguan pada kulit kepala seperti ketombe, mudah rontok atau bahkan kutu rambut.

Rambut bermanfaat mencegah infeksi di daerah kepala. Kebersihan rambut bisa membantu melancarkan sirkulasi darah pada kulit kepala. Rambut yang bersih juga membantu mengurangi stres dan membantu jaringan metabolisme agar tetap tumbuh dan berkembang secara normal. Kutu rambut pun tidak diberi kesempatan untuk hidup. Karena itu, ajarkan anak untuk keramas secara teratur minimal membersihkan rambut dua kali dalam seminggu, atau setelah berolah raga atau selesai mengeluarkan banyak keringat, keramas dengan menggunakan shampoo, agar kebersihan rambut dan kulit kepala terjaga. Shampoo berfungsi membersihkan rambut juga untuk memberikan beberapa vitamin bagi rambut sehingga rambut subur dan berkilau. Selain itu untuk menjaga kebersihan rambut jangan lupa juga menjaga kebersihan sisir yang dipakai. Membersihkan sisir bisa bersamaan saat kita keramas (Haince, 2012). Penyisiran pada rambut juga sangat penting, karena dapat mencegah rambut menjadi kusut dan dapat membentuk gaya rambut. Rambut dan kulit kepala mempunyai kecenderungan kering, maka diperlukan penyisiran sehari-hari agar tidak kusut (Potter, 2006).

3) Kebersihan mulut dan gigi.

Hygiene mulut membantu mempertahankan status kesehatan

mulut, gigi, gusi dan bibir. Hygiene mulut yang lengkap memberikan rasa sehat dan selanjutnya menstimulasi nafsu makan (Potter, 2006). Gigi dan mulut adalah bagian penting yang harus dipertahankan kebersihannya, sebab melalui organ ini berbagai kuman dapat masuk.

Tujuan dari menjaga kebersihan mulut dan gigi adalah supaya gigi bersih dan tidak berlubang, mulut tidak berbau, lidah bersih, gusi tidak bengkak, bibir tidak pecah-pecah. Menyikat gigi bertujuan untuk menghilangkan plak yang dapat menyebabkan gigi berlubang (Caries) dan menyebabkan sakit gigi (Hidayat, 2008). Pentingnya menyikat gigi, agar gigi tetap dalam kondisi baik hingga usia dewasa. Menggosok gigi secara benar dan teratur, sedikitnya 2 kali sehari, dianjurkan setiap selesai makan dan sebelum tidur. Menggosok gigi menggunakan sikat gigi sendiri. Sikat gigi harus diganti setiap 3 bulan sekali (Potter, 2006). Selain itu, yang penting diketahui adalah jenis makanan yang dapat merusak gigi dan membiasakannya untuk mengonsumsi makanan yang lebih sehat. Ajak anak untuk menghindari makan/minum yang terlalu panas/dingin dan yang terlalu asam. Anak harus banyak mengonsumsi makanan bergizi. Orangtua perlu juga membawa anak untuk memeriksakan kesehatan gigi dan mulut secara rutin kurang lebih 6 bulan sekali ke puskesmas atau ke dokter gigi. Jika merasa gigi nyilu/sakit segera berobat ke puskesmas atau dokter gigi (Haince, 2012).

4) Kebersihan diri pada mata

Secara normal tidak ada perawatan khusus yang diperlukan untuk mata karena secara terus menerus dibersihkan oleh air mata. Kelopak mata dan bulu mata berfungsi mencegah masuknya partikel asing. Pembersihan mata biasanya dilakukan selama mandi dan melibatkan pembersihan dengan waslap pembersih yang dilembabkan ke dalam air. Bersihkan daerah mata dari arah luar ke dalam dengan bersihkan kotoran mata yang menempel pada sudut kelopak mata (Potter, 2006).

5) Kebersihan telinga dan hidung.

Hygiene telinga mempunyai implikasi untuk ketajaman

pendengaran bila substansi lilin atau benda asing berkumpul pada kanal telinga luar, yang mengganggu konduksi suara. Hidung memberikan indera penciuman tetapi juga memantau temperatur dan kelembapan udara yang dihirup serta mencegah masuknya partikel asing kedalam sistem pernafasan (Potter, 2006). Bersihkan telinga secara rutin (1x/1-2 mg) lakukan dengan hati-hati menggunakan alat yang bersih dan aman. Daun telinga dibersihkan waktu mandi kemudian dikeringkan dengan handuk atau kapas bersih (Hidayat, 2008). Tidak diperbolehkan menggunakan alat yang tajam seperti peniti untuk membersihkan serumen yang ada pada telinga (Potter, 2006).

Bersihkan hidung juga menggunakan kapas, sapu tangan atau tisu yang bersih. Biasakan mengangkat sekresi hidung secara lembut dengan membersihkan kedalam dengan tisu lembut. Hal ini menjadi hygiene harian yang diperlukan (Potter, 2006). Jika terdapat keluhan dengan telinga atau hidung segera periksakan diri ke puskesmas/ dokter (Haince, 2012).

Setelah pelaksanaan pretest, tim mengajukan pertanyaan dan diskusi terbuka pada para siswa tentang apa yang mereka ketahui mengenai hygiene perorangan, bagaimana mempraktekan hygiene perorangan dan alasan mereka harus memperhatikan hygiene perorangan. Pada pertanyaan mengenai pengetahuan mereka mengenai hygiene perorangan, sebagian besar siswa hanya menyebutkan kebersihan terkait rambut, mulut dan gigi dan tidak dapat menjelaskan secara detil mengenai cara menjaga dan memelihara kebersihan diri. Sebagai contoh, siswa yang menjawab tidak dapat menyebutkan dan mempraktekan secara lengkap langkah-langkah mencuci tangan ataupun cara menyikat gigi yang benar. Para siswa juga hanya dapat menyebutkan alasan mempraktekan hygiene perorangan, yaitu "untuk sehat dan bersih" namun tidak dapat memberi penjelasan yang tepat mengapa mereka akan sehat dan bersih jika mempraktekan hygiene perorangan.

Tim kemudian menjelaskan dengan bahasa sederhana apa yang dimaksud dan termasuk (jenis) dalam hygiene perorangan dan mengapa para siswa perlu memperhatikan dan mempraktekan hygiene perorangan yang kemudian dilanjutkan dengan mempraktekan cara mencuci tangan yang benar dan melakukan permainan terkait hygiene perorangan. Setelah seluruh

rangkaian kegiatan inti selesai dilakukan, kegiatan ditutup dengan memberikan post-test dan beberapa pertanyaan terbuka untuk 10 orang siswa.

Secara keseluruhan, kegiatan berjalan lancar dan para peserta (siswa/i) terlihat aktif mendengarkan dan menjawab pertanyaan yang diberikan pemateri. Melalui kegiatan penyuluhan ini, para siswa terlihat mengalami peningkatan pengetahuan dan perubahan sikap mengenai hygiene perorangan. Peningkatan pengetahuan ini nampak dalam sesi diskusi dan dari hasil post-test yang dilakukan. Jika pada pre-test dan diskusi awal sebelum penyajian materi, sebagian besar siswa/i hanya mampu menyebutkan beberapa bagian tubuh yang perlu dibersihkan dan tidak dapat menjelaskan langkah-langkah melakukan hygiene perorangan pada bagian tubuh tertentu, maka pada post-test, para siswa dapat menjelaskan dengan benar jenis hygiene perorangan dan mempraktekan cara mencuci tangan yang benar. Para siswa/i juga terlihat memiliki pengetahuan yang lebih baik mengenai dampak yang dapat dialami jika tidak melakukan hygiene perorangan, baik dampak fisik maupun dampak psikososial.

Tim pelaksana mengidentifikasi beberapa faktor yang mendukung dalam proses persiapan hingga pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, yaitu:

- a. Kesiadaan dan dukungan dari kepala sekolah dan para guru sebagai mitra dengan memberikan ijin kepada tim untuk melaksanakan kegiatan, menyediakan waktu, mempersiapkan tempat, dan menghadirkan siswa/i untuk mengikuti kegiatan.
- b. Keaktifan peserta (para siswa/i) saat penyajian dan diskusi materi. Peserta aktif dalam menjawab dan memperhatikan penjelasan materi dan peserta juga tidak meninggalkan ruangan selama kegiatan berlangsung.

PENUTUP

Upaya perubahan perilaku, terkhususnya perubahan pengetahuan dan sikap mengenai hygiene perorangan pada siswa sekolah dilakukan di SD GMIT Bokonusan, Kecamatan Semau Kabupaten Kupang. Kegiatan berupa pemberian penyuluhan kesehatan. Peningkatan pengetahuan siswa/i terlihat dari kemampuan menjawab dengan benar berbagai point penting dari materi penyuluhan yang telah disampaikan, yang meliputi pengertian, jenis, cara dan manfaat serta dampak

negatif dari tidak melakukan hygiene perorangan berdasarkan perbandingan jawaban siswa sebelum dan sesudah penyuluhan dan juga pada saat kegiatan evaluasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Achadi E, Pujonarti SA, Sudiarti T, Rahmawati, Kusharisupeni, Mardatillah, et al. 2010. *Sekolah Dasar Pintu Masuk Perbaikan Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Gizi Seimbang Masyarakat*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional 5(1):42-48
- Badan POM, 2003. kebijakan Departemen Kesehatan RI tentang pengobatan tradisional seperti yang tercantum dalam UU No 23 tahun 1992 pasal 47 tentang pengobatan tradisional dan dalam Kepmenkes No 1076/SK /VII/2003 tentang peyelenggaraan pengobatan tradisional yang menggunakan tanaman obat-obatan.
- Centers for Disease Control and Prevention. 2018. Handwashing: Clean Hands Save Lives. <https://www.cdc.gov/handwashing/show---me---the---science---handwashing.html>
- Centers for Disease Control and Prevention. 2018. Wash Your Hands. <https://www.cdc.gov/features/handwashing/index.html>
- DIKTI, 2013. *Pedoman Pelaksanaan Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat di Perguruan Tinggi Edisi IX*, diterbitkan Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, Jakarta
- Djawanto, 2008. "Statistik Non Parametrik", Jogjakarta :BPFE
- Hurlock, Elizabeth B. (2011). Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan. Jakarta : Erlangga.
- Kementerian Kesehatan RI. 2012. Buku Panduan Pelatihan Kader Kesehatan Gigi dan Mulut di Masyarakat. <http://pdgi.or.id/wp-content/uploads/2015/04/UKGM.pdf>
- LPM, 2012. *Pedoman Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Undana yang Telah Dilaksanakan*, Penerbit LPM Universitas Nusa Cendana, Kupang
- UNICEF. 5 th Standard – Personal Hygiene. <https://www.unicef.org/lifeskills/files/5thGrade.pdf>