

## **Pengenalan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Permainan *Play Dough* Pada Anak Usia Dini Di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati**

**Pasiningsih**  
Institut Islam Negeri Kudus  
pasiningsih@iainkudus.ac.id

### **A B S T R A C T**

*Learning from home during the COVID-19 has limited children's opportunities to learn, including to learn about Clean and Healthy Behavior. This condition worsened by the fact that some parents need to work and have lack of education so they cannot assist their children in learning, such as the circumstances in Jenggolo II Village, Banyuurip, Pati. Thus, training is needed to introduce children to Clean and Healthy Behavior in the form of hand washing with soap. One of them is through community service activities by providing training related to the introduction of Clean and Healthy Behavior to children who live in Jenggolo II Village, Banyuurip, Pati. The training activities began with making play dough with children, watching the 6 Steps to Wash Hands' video, and practicing hand washing with soap. The training activities went well. Children and parents gave a positive response regarding the training activities. However, further training is needed so it become a child's habit. Training activities also need to consider the characteristics of early childhood, namely learning through play.*

**Keyword:** *clean and healthy behaviour, children, hand washing*

### **A B S T R A K**

Diberlakukannya pembelajaran dari rumah selama pandemi COVID-19 membuat kesempatan anak belajar termasuk belajar tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terbatas. Ditambah lagi jika kondisi orangtua perlu bekerja sehingga kurang optimal dalam mendampingi anak belajar maupun kurangnya akses pada pendidikan seperti yang ada di Desa jenggolo II, Banyuurip, Pati. Sehingga, diperlukan adanya pelatihan untuk mengenalkan anak pada PHBS berupa Cuci Tangan Pakai Sabun. Salah satunya lewat kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat dengan memberikan pelatihan terkait pengenalan PHBS dengan sasaran anak usia dini di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati. Kegiatan pelatihan dimulai dari berkreasi dengan *play dough* bersama anak, menonton video 6 Langkah Cuci Tangan, dan praktek cuci tangan pakai sabun. Kegiatan pelatihan berjalan dengan baik. Anak-anak dan orangtua memberikan respon yang positif terkait kegiatan pelatihan. Namun, diperlukan pelatihan lebih lanjut agar PHBS bisa menjadi kebiasaan anak. Kegiatan pelatihan juga perlu mempertimbangkan karakteristik anak usia dini yaitu belajar melalui bermain.

**Kata Kunci:** **Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), anak usia dini, cuci tangan**

Received:	Revised:	Accepted:	Available online:
16-03-2022	18-03-2022	21-04-2022	<b>30-06-2022</b>

## PENDAHULUAN

*Corona Virus Disease* (COVID-19) yang menyerang berbagai negara termasuk di Indonesia telah menimbulkan korban bukan hanya orang dewasa tetapi juga anak-anak. Dari awal pandemi bulan Maret 2020 hingga bulan Juni 2021 misalnya, terdapat 233.881 anak yang terkena infeksi COVID-19 di Indonesia. Jumlah tersebut terdiri dari 53.684 kasus untuk anak usia 0-5 tahun dan 180.197 untuk anak usia 6-18 tahun. Terlebih lagi dari jumlah tersebut ada 632 anak meninggal, 298 anak usia 0-5 tahun dan 334 anak usia 6-18 tahun (Aisyahzira, 2021). Oleh karena itu, diperlukan berbagai upaya untuk mencegah lebih banyak lagi korban COVID-19 terutama pada anak-anak. Salah satunya adalah mengajarkan anak tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang selanjutnya akan ditulis PHBS.

Selain keluarga, sekolah merupakan salah satu tempat yang diharapkan dapat mengajarkan anak berbagai macam keterampilan hidup salah satunya adalah menumbuhkan PHBS. Sayangnya, pembelajaran dalam jaringan (daring) sudah dilakukan selama lebih dari dua tahun di sekolah-sekolah di Indonesia di berbagai level termasuk pada tingkat pendidikan anak usia dini akibat dari adanya pandemi *Corona Virus Disease* (COVID-19). Hal tersebut dimulai sejak keluarnya Surat Edaran Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 36962/MPK.A/HK/2020 tentang Pembelajaran Daring dan Bekerja dari Rumah bulan Maret 2020 (Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, 2020).

Diberlakukannya pembelajaran daring atau belajar dari rumah selama pandemi COVID-19 membuat kesempatan anak belajar termasuk belajar tentang PHBS terbatas. Keluarga dalam hal ini orangtua memiliki peran yang lebih besar dan berat karena perlu menggantikan tugas guru di rumah dalam menstimulasi anak dalam belajar termasuk dalam mengenalkan PHBS pada anak.

Sayangnya tidak semua orangtua memiliki kesempatan dan waktu yang banyak untuk melakukan hal tersebut, terutama untuk anak yang orangtuanya harus bekerja. Orangtua perlu bekerja sehingga tidak bisa maksimal mendampingi anak dalam belajar terlebih anak dengan latar belakang pendidikan orangtua yang terbatas dan berasal dari sosial ekonomi rendah, seperti yang terjadi di desa Jenggolo II, RT 03/ RW 01, Banyuurip, Pati. Rata-rata orangtua adalah lulusan sekolah dasar atau sekolah menengah pertama bahkan ada yang tidak sekolah.

Di lain pihak, PHBS sangat penting terutama saat pandemi seperti sekarang. Salah satu upaya pencegahan menyebarnya virus Corona adalah dengan menerapkan PHBS. Contoh: mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir.

Pendidikan Islam Anak Usia Dini, sebagai salah satu Program Studi di IAIN Kudus memiliki program pengabdian kepada masyarakat yang diselenggarakan oleh dosen sesuai dengan visi dan misi IAIN Kudus dan juga bagian dari tugas tridharma perguruan tinggi dosen. Program ini juga mendukung salah satu tujuan IAIN Kudus, menghadirkan karya pengabdian yang kreatif, inovatif, dan solutif atas persoalan keagamaan, kemasyarakatan, dan kebangsaan. Sehingga, kegiatan pelatihan untuk mengenalkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan sasaran anak usia dini di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati selaras dengan tujuan dan visi misi di atas. Diharapkan, setelah kegiatan dilakukan, semua anak usia dini sejumlah 13 anak yang berpartisipasi dalam pelatihan, mulai terbiasa untuk mencuci tangan dengan sabun secara tepat.

## METODE

Bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PkM) berupa pelatihan mencuci tangan dengan sabun untuk para anak usia dini yang ada di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati. Pelaksanaan PkM dilaksanakan selama dua hari pada bulan Oktober 2021 bertempat di rumah salah satu orangtua yang memiliki anak usia dini usia 0-8 tahun setelah mendapat izin dari orangtua. Tahap-tahap dalam melaksanakan PkM terdiri dari tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Pada tahap pelaksanaan diawali dengan membuat *play dough* bersama, berkreasi dengan *play dough* yang telah dibuat, menonton video 6 Langkah Cuci Tangan, praktek mencuci tangan, dan pemberian makanan ringan dan susu ke semua anak yang telah berpartisipasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PkM berupa pelatihan mencuci tangan dengan sabun untuk para anak usia dini yang ada di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati dibagi menjadi tiga tahap, persiapan, pelaksanaan, pelaporan dan evaluasi. Masing-masing kegiatan pada setiap tahapan adalah sebagai berikut

### Tahap Persiapan Kegiatan

Kegiatan pelatihan pengenalan PHBS dengan sasaran anak usia dini di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati diawali dengan permohonan izin dan sosialisasi rencana PkM kepada para orangtua yang ada di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati. Setelah sosialisasi dilakukan dan salah satu orangtua murid memberikan izin rumahnya untuk digunakan sebagai lokasi PkM, kemudian dilakukan persiapan alat dan bahan yang diperlukan untuk pelatihan cuci tangan pakai sabun dan air mengalir yaitu sebagai berikut: sabun cair cuci tangan, kran air cuci tangan, makanan ringan dan susu botol kecil, bahan pembuatan *play dough* (tepung terigu, pewarna makanan, air hangat, minyak) dan baskom wadah *play dough*, *handphone* untuk menonton video edukasi '6 Langkah Cuci Tangan' (<https://www.youtube.com/watch?v=Jg8S09oHmpE>). Alat dan bahan disediakan oleh pelaksana PkM dengan bantuan salah satu orangtua yang rumahnya menjadi lokasi pelaksanaan PkM.

### Tahap Pelaksanaan

Pelatihan mencuci tangan dengan sabun untuk para anak usia dini yang ada di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati dari tahap awal hingga akhir dengan rincian sebagai berikut.

#### 1. Perkenalan

Dosen sebagai pelaksana PkM dan anak-anak saling memperkenalkan diri agar tercipta suasana keakraban yang kondusif untuk mendukung jalannya pelatihan. Ada 13 anak usia dini dan 2 orangtua yang bergabung selama pelatihan berlangsung. Setelahnya, pelaksana PkM menjelaskan apa saja kegiatan yang akan dilakukan dan tujuan kegiatan. Tahapan ini berlangsung dengan baik. Anak-anak mulai penasaran dan tertarik dengan apa yang dibawa penulis dibuktikan dengan lokasi duduk yang mendekat dan mulai banyak bertanya.

## 2. Membuat *Play Dough*

Anak-anak diajak membuat *play dough* dengan cara mencampur semua bahan *play dough* bersama-sama. Setelahnya *play dough* dibagi sesuai jumlah anak yang hadir. Anak-anak membuat kreasi dari *play dough* yang dibuat. Anak menunjukkan kreasinya di depan teman-temannya. Sehingga bisa dikatakan bahwa bermain *play dough* bisa digunakan salah satu cara untuk mengenalkan PHBS pada anak. Terlebih, anak bercerita bahwa ini merupakan pengalaman pertama mereka membuat dan berkreasi membuat *play dough*.

Anak usia dini memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan orang dewasa. Anak belajar melalui bermain. Begitu juga saat anak belajar tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Mengajarkan PHBS pada anak usia dini perlu memperhatikan karakteristik anak usia dini, yaitu anak belajar melalui bermain dan perlu dirancang secara menyenangkan (Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia, 2020). Pendidik dan orangtua bisa menggunakan berbagai cara seperti lagu, video, gambar, maupun bercerita. Hal tersebut penting agar anak tertarik untuk berpartisipasi dalam kegiatan PHBS yang diajarkan seperti yang dilakukan saat PkM ini.



**Gambar 1: Anak Menunjukkan Kreasi *Playdough***

## 3. Menonton Video Edukasi Cuci Tangan

Setelah bermain *play dough*, anak ditanya terkait apa yang perlu dilakukan setelah bermain. Beberapa anak menjawab mencuci tangan. Kemudian anak ditanya apakah mereka tahu langkah-langkah mencuci tangan. Dari 13 anak, hanya satu yang bisa memperagakan cara mencuci tangan dengan benar.

Konsep pencegahan dalam kesehatan menekankan bahwa setiap individu bisa mengurangi berbagai macam faktor yang membahayakan kesehatan dirinya (Marotz, 2012). Dalam konteks anak usia dini, artinya anak usia dini bisa diajarkan untuk ikut berperan dalam memilih dan menerapkan berbagai perilaku untuk meningkatkan kualitas kesehatan mereka maupun dalam mengurangi resiko terserang penyakit. Anak usia dini bisa diajak untuk mandiri dan menjadi individu yang aktif dalam menentukan kesehatan dirinya bukan hanya sebagai obyek yang

tergantung pada orang lain. Hal ini dirasa penting, salah satunya karena tidak selamanya orang dewasa akan bisa mendampingi anak. Dari pelaksanaan PkM ini, terlihat bahwa masih banyak anak usia dini yang ada di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati yang belum mengetahui bagaimana langkah-langkah mencuci tangan dengan sabun. Sehingga, kegiatan PkM yang berupa pelatihan pengenalan PHBS berupa mencuci tangan pakai sabun perlu untuk dilakukan.

Karena hanya satu anak yang bisa memperagakan dengan benar urutan cara mencuci tangan, anak-anak diajak menonton video edukasi mencuci tangan yang berjudul “6 Langkah Cuci Tangan” (<https://www.youtube.com/watch?v=Jg8S09oHmpE>) sebanyak 3x dan diminta mempraktekkan langkah-langkahnya sesuai yang ada di video. Setelah melihat video beberapa kali anak mulai tahu urutan cuci tangan dengan benar dibuktikan dengan cara memperagakan gerakan cuci tangan bersama-sama dan teman lainnya.



**Gambar 2: Anak Menonton Video 6 Langkah Cuci Tangan**

#### 4. Praktek Mencuci Tangan dengan Sabun

Setelah melihat video dan anak diminta memperagakan 6 langkah cuci tangan, anak-anak praktek mencuci tangan pakai sabun di kran air secara bergiliran dengan didampingi oleh pemateri. Setelahnya, anak-anak diajak berdiskusi mengapa perlu cuci tangan pakai sabun dan apa akibatnya jika tidak mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir.



**Gambar 3: Contoh Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun oleh Anak**

Mengajarkan anak PHBS sejak dini, seperti mencuci tangan pakai sabun memiliki beberapa manfaat yaitu anak bisa menjadi pendorong PHBS baik di lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat (Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia, 2020). Hal ini sangat penting terutama jika anak tersebut berasal dari keluarga dengan orangtua yang memiliki tingkat pengetahuan terbatas terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Anak bisa membantu untuk memberikan edukasi kepada keluarganya, baik itu orangtua, saudara, maupun keluarga lainnya.

Membiasakan anak untuk memiliki perilaku hidup bersih dan sehat dapat digunakan sebagai upaya pencegahan penyakit pada anak. Anak usia dini masih memiliki imunitas yang belum terbentuk dengan baik sehingga lebih rentan terhadap serangan penyakit. Mengajari anak perilaku hidup bersih dan sehat dapat mengurangi penyakit yang biasanya menyerang anak, seperti diare, tipus, dll. Sebaliknya, pengetahuan yang terbatas terkait PHBS pada anak akan berdampak pada perilaku anak yang tidak sesuai dengan PHBS yang akhirnya bisa berdampak pada kesehatan anak (Widiyanto dan Gamelia, 2017).

Selain sebagai usaha pencegahan penyakit pada anak, pengenalan PHBS sejak dini dapat membantu anak untuk menumbuhkan pola hidup sehat bukan hanya saat masih anak-anak namun saat anak menjadi dewasa kelak. Anak yang terbiasa melakukan PHBS akan terbiasa melakukan hal yang sama pada tahap perkembangan anak selanjutnya (Anhusadar dan Islamiyah, 2020). Anak juga berkemungkinan untuk meneruskan kebiasaan tersebut pada tahap perkembangan mereka berikutnya (Mardhiati, 2019).

## 5. Penutup

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjudul “Pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini di Desa Jenggolo II, Banyuwirip, Pati” ditutup dengan:

- a. Evaluasi pelaksanaan PkM dengan melakukan tanya jawab ke anak
- b. Pembagian makanan ringan dan susu untuk anak yang berpartisipasi
- c. Pengambilan foto bersama anak sebagai sesi dokumentasi
- d. Ucapan terima kasih kepada semua anak dan orangtua pemilik rumah lokasi pelatihan
- e. Membersihkan alat dan bahan yang diperlukan saat kegiatan

- f. Serah terima ucapan surat ucapan terima kasih dari perwakilan orangtua anak

### **Tahap Evaluasi**

Setelah semua kegiatan PkM dilaksanakan, dilakukan evaluasi oleh penulis dengan anak usia dini yang berpartisipasi dalam kegiatan PKM beserta dua orangtua yang mendampingi selama kegiatan PkM berlangsung. Secara keseluruhan kegiatan pelatihan cuci tangan pakai sabun berlangsung dengan baik. 13 anak yang berpartisipasi dalam pelatihan bisa mempraktekkan 6 langkah cuci tangan pakai sabun sesuai yang ada di video dengan baik tanpa dibantu. Kegiatan pelatihan juga dilakukan secara langsung bukan lewat daring sehingga anak dan orangtua yang mengalami keterbatasan teknologi maupun internet bisa ikut berpartisipasi. Hanya saja, ada beberapa yang menjadi perhatian penulis selama PkM.

Sebelum adanya pelatihan ini, belum pernah ada pelatihan terkait PHBS dengan sasaran anak usia dini di Desa Jenggolo II, Banyuurip, Pati. Kegiatan pelatihan untuk anak perlu dibuat secara menyenangkan yaitu melalui permainan dan perlu melibatkan anak secara aktif yaitu dengan cara memberikan kesempatan ke anak untuk melakukan praktek PHBS, seperti mencuci tangan pakai sabun di air mengalir secara langsung sehingga anak tertarik ikut berpartisipasi. Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia (2020) menjelaskan langkah-langkah yang dapat dilakukan oleh pendidik maupun orangtua dalam membangun kebiasaan cuci tangan pakai sabun pada anak diantaranya: menjelaskan tentang banyaknya kuman di tangan dan bahayanya lewat gambar/ bernyanyi, mengajarkan anak kapan harus mencuci tangan pakai sabun (sebelum makan, setelah BAK/ BAB, setelah bermain, memegang binatang dan benda kotor, dll), memberi contoh cara mencuci tangan yang benar dengan bernyanyi, mengajak anak mencuci tangan pakai air bersih dan mengalir dengan sabun.

Meskipun kegiatan PkM terlaksana dengan baik, ada beberapa faktor yang menghambat pelaksanaan PkM. Kegiatan PkM ini bersifat sukarela, sehingga tidak setiap orangtua anak tertarik untuk berpartisipasi. Kegiatan PkM juga hanya dilakukan selama dua kali sehingga penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada anak bisa saja kurang optimal karena tidak dilakukan secara kontinyu. Menumbuhkan suatu kebiasaan merupakan proses yang memerlukan waktu yang tidak sebentar.

## SIMPULAN

Kegiatan PkM telah terlaksana dengan baik. Anak-anak dan orangtua memberikan respon yang positif terkait kegiatan pelatihan. Anak menyukai kegiatan pelatihan karena ada proses pembuatan mainan *play dough* di awal pelatihan. Anak juga senang melihat video terkait langkah-langkah mencuci tangan dengan sabun dan mempraktekkan secara langsung mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir.

Hanya saja, perlu ada pelatihan lanjutan bagi anak usia dini yang ada di Desa Jenggolo II, RT 03/ RW 01 terkait pengenalan perilaku hidup bersih agar kebiasaan hidup bersih dan sehat dapat terbentuk. Pelatihan bisa dilakukan oleh guru PAUD atau petugas layanan kesehatan yang ada di desa terutama untuk anak dari golongan rentan, seperti anak dari orangtua yang memiliki keterbatasan pendidikan. Hal ini penting karena di masa pandemi anak belajar dari rumah sehingga tidak banyak kesempatan bagi anak untuk belajar terkait perilaku hidup bersih dan sehat.

Kegiatan pelatihan juga perlu mempertimbangkan karakteristik anak usia dini yaitu belajar melalui bermain dan keterlibatan semua anak. Oleh karena itu, pelatihan terkait pengenalan perilaku hidup bersih juga perlu dirancang dengan menarik, misalnya dengan mengadakan kegiatan bermain terlebih dahulu dan memberikan kesempatan anak untuk berpartisipasi aktif bukan hanya sebagai obyek pasif yang hanya mendengarkan penjelasan dari orang dewasa.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisyahzira. 2021. "Lindungi Anak Anda Dari Covid-19." *Media Indonesia*. Retrieved ([https://m.mediaindonesia.com/infografis/detail\\_infografis/413477-lindungi-anak-anda-dari-covid-19](https://m.mediaindonesia.com/infografis/detail_infografis/413477-lindungi-anak-anda-dari-covid-19)).
- Anhusadar, Laode, and Islamiyah Islamiyah. 2020. "Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Anak Usia Dini Di Tengah Pandemi Covid 19." *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini* 5(1):463. doi: 10.31004/obsesi.v5i1.555.
- Direktorat Pembinaan Pendidikan Anak Usia. 2020. *Pedoman Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)*.
- Mardhiati, Retno. 2019. "Guru PAUD: Pendidikan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini." *Ikra-Ith Abdimas* 2(3):133–41.
- Marotz, Lynn R. 2012. *Health, Safety and Nutrition for the Young Child*. eight edit. USA: Wadsworth.
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan. 2020. "SE Mendikbud: Pembelajaran Secara Daring Dan Bekerja Dari Rumah Untuk Mencegah Penyebaran Covid-19." Retrieved (<https://www.kemdikbud.go.id/main/blog/2020/03/se-mendikbud->



pembelajaran-secara-daring-dan-bekerja-dari-rumah-untuk-mencegah-penyebaran-covid19).

Widiyanto, Agnes Fitria, and Elviera Gamelia. 2017. "Peran Perempuan Sebagai Ibu Dalam Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Dini." *Palastren* 10(2):127–48.