

Pendampingan Belajar Pada Anak Usia Dini Dengan Menumbuhkan Kesadaran Hidup Bersih dan Sehat Melalui Pembiasaan Cuci Tangan Sebelum Makan

Santika

Fakultas Tarbiyah dan Keguruan. Program Studi Pendidikan Biologi.
Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati.
e-mail: santika3250@gmail.com

Abstrak

Anak usia dini adalah generasi penerus suatu bangsa. Pembiasaan yang dilakukan sejak dini/sejak kecil akan membawa kegemaran dan kebiasaan tersebut menjadi semacam adat kebiasaan sehingga menjadi bagian tidak terpisahkan dari kepribadiannya. Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi serta menjadi pembiasaan kepada murid TK Kasih Bunda mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat. Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan ini mengadopsi langkah-langkah pengabdian berbasis pemberdayaan masyarakat (Sisdamas). Kegiatan pembiasaan hidup bersih dan sehat dilakukan di TK Kasih Bunda setiap hari sekolah, sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan. Upaya mahasiswa dalam pendampingan anak usia dini yaitu mengajarkan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Penerapan pembiasaan hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan sebelum makan di TK Kasih Bunda Desa Singajaya dapat dianggap berhasil dilaksanakan.

Kata Kunci: Anak, Bersih, Edukasi, Hidup, Pembiasaan, Sehat

Abstract

Early childhood is the next generation of a nation. Habituation carried out from an early age/childhood will bring these hobbies and habits into a kind of custom so that they become an inseparable part of their personality. The aim of this activity is to provide education and familiarize the students of Kasih Bunda Kindergarten regarding the importance of clean and healthy living. This method of community service is adopted community empowerment-based service steps (Sisdamas). Clean and healthy living habits activities are carried out at Kasih Bunda Kindergarten every school day, according to a predetermined schedule. Students' efforts in assisting early childhood children include teaching them how to wash their hands properly and correctly. The implementation of clean and healthy living habits by washing hands before eating at the Kasih Bunda Kindergarten in Singajaya Village can be considered successful.

Keywords: *Children, Clean, Education, Life, Habituation, Healthy*

A. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata merupakan salah satu tugas bagi mahasiswa untuk menjadi agen of change pembawa perubahan yang lebih baik bagi masyarakat dan juga mahasiswa tampil hadir dalam masyarakat untuk membawa serta mengamalkan Tri Dharma Perguruan Tinggi salah satunya pengabdian Masyarakat. Mahasiswa perlu tampil sinergis dalam menjadi pelopor perubahan dalam ranah agama, politik, sosial, ekonomi, teknologi dan khususnya pendidikan baik pendidikan formal ataupun non formal baik pendidikan Akhlak maupun pendidikan Moral semuanya sangat berarti dan memiliki nilai kemanfaatan yang tinggi. Tujuan dari KKN merupakan pelaksanaan hasil dari gabungan dua teori berupa akademik dan teoritik beserta dunia empirik-praktis.

Anak usia dini adalah generasi penerus suatu bangsa. Dalam hal ini pembentukan generasi yang cerdas, sehat jasmani dan rohani, kreatif dan produktif adalah tanggung jawab bagi semua. Pendidikan anak usia dini yang ditujukan sejak anak dalam kandungan sampai berusia enam tahun, dapat dilakukan melalui pemberian rangsangan pendidikan untuk pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani bagi anak guna untuk pendidikan yang lebih lanjut (UU Nomor 20 Tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional). Kurun usia tersebut anak sedang berada pada tahap perkembangan yang pesat sehingga sangat tepat untuk mengajarkan anak berbagai hal seperti membiasakan pola hidup bersih dan sehat.

Hidup bersih dan sehat atau pola hidup bersih dan sehat merupakan suatu hal yang harus diterapkan oleh lingkungan yang ada di sekitar anak, baik orangtua, keluarga, maupun lingkungan sekolah. Karena yang dinamakan hidup sehat ialah hidup yang sesuai dengan kaidah tentang cara menjaga dan untuk menerapkan kebersihan. Dalam penerapan kebersihan yang tentunya berawal dari lingkungan keluarga terdekat kemudian dilanjutkan oleh lingkungan sekolah yang diajarkan oleh guru.

Pembiasaan merupakan salah satu metode pengajaran yang dirasa efektif untuk membangun karakter pada peserta didik. Menurut syarbini (2014: 87) pembiasaan yang dilakukan sejak dini/sejak kecil akan membawa kegemaran dan kebiasaan tersebut menjadi semacam adat kebiasaan sehingga menjadi bagian tidak terpisahkan dari kepribadiannya. Apabila melakukan pembiasaan secara rutin dan terus menerus, anak akan mudah menerapkannya serta akan menjadi suatu kebiasaan (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Begitu pula dengan menerapkan hidup bersih dan sehat yang berarti sekumpulan perilaku dan dipraktikkan atas dasar kesadaran diri sebagai hasil dari suatu pembelajaran agar mampu secara mandiri dalam menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan (Alwisol, 2019).

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting diterapkan pada tingkat pendidikan anak usia dini sebab merupakan dasar bagi pembentukan kepribadian manusia seutuhnya, yaitu ditandai dengan karakter, budi pekerti luhur, pandai dan terampil (Nurhayati, 2020). Pernyataan ini juga

didukung oleh pernyataan bahwa anak usia dini adalah kelompok anak yang berada dalam proses pertumbuhan dan perkembangan unik (Ariyanti, 2016).

Banyak anak yang belum terbiasa dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), hal tersebut ditunjukkan dengan kurangnya kesadaran para murid dalam kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, masih membuang sampah sembarangan, serta masih jajan di sembarang tempat. Akibat dari kurangnya kesadaran menjaga kesehatan, sering para murid tidak masuk sekolah dengan alasan sakit seperti demam, batuk dan pilek. Sebagai bentuk pencegahan maka mahasiswa bekerja sama dengan tenaga pengajar di sekolah untuk melaksanakan kegiatan edukasi tentang pentingnya menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari dilingkungan TK Kasih Bunda.

Adapun tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan edukasi serta menjadi pembiasaan kepada murid TK Kasih Bunda mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat melalui penyuluhan secara langsung serta mempraktekan langsung ketika pembelajaran berlangsung untuk anak-anak, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap guru dan siswa terhadap kesehatan diri dan lingkungan sekitar, yang secara tidak langsung dapat memberikan kontribusi terhadap pencegahan penyebaran penyakit.

B. METODE PENGABDIAN

Metode pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan ini mengadopsi Langkah-langkah pengabdian berbasis pemberdayaan masyarakat (Sisdamas) yang diusung oleh Tim Pusat Pengabdian LP2M UIN Sunan Gunung Djati Bandung, yaitu siklus I hingga IV. Para peserta KKN memulainya dengan melakukan observasi langsung ke Desa Singajaya kecamatan Cihampelas untuk koordinasi dengan pihak desa terkait perizinan, permasalahan dan potensi yang belum diperdayakan, untuk memaksimalkan potensi masyarakat dan lingkungan demi terwujudnya program-program yang berkelanjutan. Permasalahan dan potensi juga digali melalui wawancara dengan kepala desa serta masyarakat desa. Sebagai salah satu bentuk nyata pendekatan dengan penduduk adalah sosialisasi dengan penduduk setempat..

Tahap selanjutnya mengumpulkan data lewat observasi partisipatif saat pelaksanaan KKN Sisdamas berlangsung. Kegiatan ini juga menggunakan metode kualitatif deskriptif, dengan menggunakan pendekatan ceramah, diskusi, dilanjutkan dengan tanya jawab. Penelitian ini mengandalkan pengumpulan data di lapangan dengan fokus pada pengamatan pemberdayaan di TK Kasih Bunda di Desa Singajaya. Pengamatan ini mencakup interaksi antara mahasiswa dengan siswa- siswa dan masyarakat setempat, serta berbagai kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa dalam Mengajar.

Pelaksanaan program dilaksanakan sesuai jadwal kegiatan yang telah direncanakan selama 3 minggu. Setiap program yang sudah selesai dilaksanakan akan di evaluasi, hal tersebut dilakukan agar setiap anggota kelompok mengetahui kekurangan dan kelebihan dalam menjalankan program tersebut, dan diharapkan dengan adanya evaluasi akan menambah keberhasilan program kerja KKN kedepannya serta meminimalisir kekurangan yang terjadi.

C. PELAKSANAAN KEGIATAN

Kegiatan pendampingan pembiasaan hidup bersih dan sehat dilakukan di TK Kasih Bunda setiap hari sekolah, sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan. Pembiasaan hidup bersih dan sehat diawali dengan anak-anak berbaris sebelum masuk kelas kemudian diperiksa kebersihan kuku sebelum masuk ke dalam kelas. Karena kuku sangat mempengaruhi kebersihan pada tangan anak ketika anak makan atau beraktivitas.

Kegiatan senam pagi dilaksanakan setiap hari selasa pagi. Kegiatan senam pagi bersama berguna untuk meningkatkan imun anak serta kesehatan anak terjaga sehingga anak bisa lebih bersemangat dalam menjalankan aktivitas

Pada saat akan memasuki jam istirahat, murid TK Kasih Bunda di perintahkan untuk memcuci tangan terlebih dahulu menggunakan sabun sebelum kegiatan makan siang dilaksanakan. Biasanya ketika cuci tangan, sabun sudah disediakan oleh guru beserta dengan tisu atau lap untuk mengeringkan tangan.

Kegiatan makan siang dilaksanakan didalam kelas, sebelum mulai makan bersama, biasanya murid TK Kasih Bunda dibiasakan untuk melakukan doa bersama sebelum makan. Setelah kegiatan makan selesai, murid dibimbing untuk membersihkan kembali sampah yang berserakan dan membiasakan untuk membuang sampah pada tempatnya.

D. HASIL DAN PEMBAHASAN

Upaya mahasiswa dalam pendampingan anak usia dini yaitu mengajarkan cara mencuci tangan yang baik dan benar untuk anak di TK Kasih Bunda yaitu memprogramkan kegiatan mencuci tangan yang baik dan benar, menggunakan metode pembelajaran, menempel poster cara mencuci tangan yang baik dan benar sesuai standar WHO, dan memotivasi, membimbing, dan membiasakan anak mencuci tangan yang baik dan benar.

Dengan melakukan pendampingan dalam praktek mencuci tangan yang benar kepada anak usia dini dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak dengan penyampaian informasi baik melalui pelajaran maupun media promosi kesehatan visual yang menarik dapat mudah di pahami oleh murid mengenai pembiasaan hidup bersih dan sehat serta dapat meningkatkan pengetahuan murid.

Menurut WHO salah satu usaha atau strategi yang dapat dilakukan dalam untuk memperoleh perubahan perilaku tersebut dengan cara memberikan penyuluhan. Pemberian informasi dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan kesehatan merupakan suatu proses yang bermanfaat untuk menciptakan iklim atau kondisi yang mempengaruhi perilaku individu itu sendiri. Perilaku yang diharapkan tidak terbatas pada peningkatan pengetahuan saja, namun dapat menciptakan sikap yang positif terhadap pesan yang disampaikan. Hal ini sesuai tujuan spesifik dari pendidikan kesehatan yaitu perubahan kognitif, perubahan motivasi dan perubahan perilaku (Notoadmojo, 2010).

Pengetahuan seseorang tentang Mencuci tangan menggunakan sabun dapat menghilangkan sejumlah besar virus dan bakteri yang menjadi penyebab berbagai penyakit, terutama penyakit yang menyerang saluran pencernaan seperti diare dan saluran nafas seperti influenza. Hampir semua orang mengerti pentingnya mencuci tangan pakai sabun, namun masih banyak yang tidak membiasakan diri untuk melakukannya dengan benar pada saat yang penting. Anak-anak diharapkan mencuci tangan dengan bersih, baik dan benar karena banyak anak-anak sewaktu mencuci tangan seperti asal-asalan saja, hanya dengan air tanpa memakai sabun, tentunya hal itu tidak dapat membunuh kuman pada tangan, dan hal ini akan berdampak besar pada kesehatan si anak. Banyak penyakit yang dapat dicegah dengan mencuci tangan seperti penyakit cacangan, diare, infeksi saluran napas, TBC, Sakit perut, muntaber, radang tenggorokan, amandel, asma, gangguan pernapasan, flu, hingga penyakit , yang mematikan seperti SARS, flu burung, flu babi.

Pendampingan pada anak usia dini dalam mengajarkan cara mencuci tangan yang baik dan benar kepada anak tentunya terdapat beberapa kendala yang dihadapi. Kendala-kendala yang dihadapi yaitu ketika anak sedang tidak *mood* dan lupa langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar, namun dapat di atasi oleh guru dengan mencontohkan kembali atau mempraktikkan kembali sehingga anak-anak melihat dan mengikuti kembali sesuai dengan langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar.



Gambar 1. Pembiasaan hidup bersih dan sehat pada anak usia dini

E. PENUTUP

Penerapan pembiasaan hidup bersih dan sehat dengan mencuci tangan sebelum makan di TK Kasih Bunda Desa Singajaya dapat dianggap berhasil dilaksanakan. Terdapat beberapa bukti konkret yang mendukung kesuksesan metode ini, termasuk peningkatan kesadaran siswa dalam hal mencuci tangan, peningkatan minat mereka dalam memahami pentingnya menjaga kebersihan. Meskipun masih ada beberapa siswa yang mungkin merasa enggan atau malas untuk mencuci tangan, secara keseluruhan, metode ini telah memberikan dampak positif pada siswa guna meningkatkan kesadaran hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, pembiasaan dan penerapan metode ini dapat dianggap sebagai langkah yang efektif menumbuhkan kesadaran siswa untuk hidup bersih dan sehat.

F. DAFTAR PUSTAKA

Kusumawati, Novita. 2018. *Pengaruh Cuci Tangan Pramusaji Terhadap Jumlah Bakteri Dalam Makanan di Ruang Rajawali*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Semarang.

Kiti, Annisa Ammalia dkk. 2020. *Edukasi Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar sebagai Upaya untuk Mencegah Covid-19 di Desa Tibang Kecamatan Syiah Kuala. Journal Of Comumunity Engagement. Volume 2 (1).*

Nurdiyanti, Septiya. 2019. "Implementasi Media Visual Dan Audiovisual Terhadap Pembelajaran Anak Usia Dini Di Era Revolusi Industri 4 . 0." *Universitas Sultan Ageng Tirtayasa 2(1):647.*

Patel. 2019. "Persepsi Dan Perilaku Terhadap Kebiasaan Mencuci Tangan Menggunakan Sabun." 9–25.

World Health Organization Indonesia. (2020, Maret). *About us: WHO in Indonesia.* Retrieved Oktober 10, 2020