

Manajemen Promosi Kesehatan Edukatif dalam Meningkatkan PHBS Anak Usia Dini

Rendi Randika^{1*}, Salsabila Balqis², Nurul Hurrahma³, Maisanuri Yani⁴, Shyntia Bella⁵, Niko Sansavira⁶

^{1,2,3,4,5,6} Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah
E-mail:08rendi@gmail.com

Received : 24-06-2025 Revised : 17-07-2025 Accepted : 19-07-2025 Published : 01-08-2025

Abstrak

Tingkat kebersihan dan perilaku kesehatan pribadi pada anak usia dini masih menjadi perhatian utama dalam kesehatan masyarakat, terutama di daerah pedesaan yang memiliki keterbatasan akses informasi kesehatan. Di Desa Lubuk Siam, Kecamatan Siak Hulu, Kabupaten Kampar, hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa kelas awal memiliki kesadaran yang rendah serta kebiasaan mencuci tangan dan menggosok gigi yang belum baik, sehingga meningkatkan risiko penyakit menular. Program pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat anak melalui strategi promosi kesehatan yang terstruktur dan partisipatif, dengan fokus pada praktik cuci tangan dan gosok gigi yang benar. Metode yang digunakan adalah pendekatan edukatif dan partisipatif dengan prinsip promotif dan preventif. Kegiatan dilaksanakan di SDN 08 Desa Lubuk Siam dengan melibatkan 24 siswa usia 7 hingga 8 tahun yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Intervensi dilakukan melalui edukasi langsung, demonstrasi, dan praktik, dengan evaluasi berdasarkan perbandingan data sebelum dan sesudah kegiatan. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada pengetahuan dan perilaku; praktik mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain meningkat dari 16,7 persen menjadi 87,5 persen, serta kebiasaan menggosok gigi dua kali sehari juga meningkat. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang disampaikan secara interaktif dan aplikatif dapat mendorong perubahan perilaku positif pada anak usia dini. Program ini menegaskan pentingnya manajemen promosi kesehatan yang terarah di lingkungan pendidikan pedesaan dan perlunya upaya berkelanjutan yang melibatkan pihak sekolah dan keluarga.

Kata kunci: Promosi Kesehatan, Cuci Tangan, Gosok Gigi, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Anak Usia Dini

Abstract

The level of hygiene and personal health practices among young children remains a significant public health concern, particularly in rural areas with limited access to health information. In Lubuk Siam Village, Siak Hulu Subdistrict, Kampar District, early observations indicated that most early grade students had limited awareness and poor habits in handwashing and toothbrushing, which increases the risk of communicable diseases. This community service program aimed to improve children's clean and healthy living behavior through the implementation of a structured and participatory health promotion strategy focused on proper handwashing and toothbrushing practices. The method used in this program was an educational and participatory approach with promotive and preventive principles. The activities were conducted at SDN 08 Lubuk Siam and involved 24 students aged 7 to 8 years as participants, selected through purposive sampling. The intervention included direct education, demonstrations, and practice sessions, with evaluation conducted through a comparative analysis of pre- and post-intervention data. The results showed a notable increase in both knowledge and behavior; handwashing before eating and after playing increased from 16.7 percent to 87.5

percent, and daily toothbrushing habits improved significantly. The findings indicate that structured health education, when delivered through interactive and practical methods, effectively fosters positive behavioral changes among young children. This program demonstrates the importance of targeted health promotion management in rural education settings and suggests the need for sustainable efforts involving schools and families to maintain clean and healthy behaviors among early learners.

Keywords: *Health Promotion, Handwashing, Toothbrushing, Clean and Healthy Living Behavior, Early childhood*

PENDAHULUAN

Salah satu indikator penting dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang mencerminkan kesadaran, keinginan, dan kemampuan individu untuk mencegah penyakit melalui perilaku sehari-hari yang bersih dan sehat. Karena masa kanak-kanak merupakan fase penting dalam pembentukan perilaku, PHBS pada anak usia dini sangat penting untuk membangun kebiasaan hidup sehat dalam jangka panjang (Kemenkes RI, 2022). Namun, karena perilaku yang tidak sehat, anak usia dini adalah salah satu kelompok yang paling rentan terhadap berbagai penyakit. Rendahnya kesadaran dan kebiasaan menjaga kebersihan diri seperti mencuci tangan dan menyikat gigi dapat menyebabkan anak-anak lebih mudah terserang penyakit infeksi seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), dan penyakit mulut serta gigi.

Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, sekitar 47% anak usia dini di Indonesia belum secara konsisten mencuci tangan dengan sabun pada waktu-waktu kritis, dan hanya 35% anak yang menyikat gigi dua kali sehari dengan teknik yang benar (Kemenkes RI, 2022). Kondisi ini juga terjadi di Desa Lubuk Siam, Kecamatan Siak Hulu, Kabupaten Kampar. Berdasarkan hasil observasi awal dan wawancara dengan guru serta tenaga kesehatan, diketahui bahwa kebiasaan mencuci tangan dan menggosok gigi pada anak usia dini masih sangat rendah. Mayoritas anak tidak memahami alasan pentingnya mencuci tangan sebelum makan atau setelah bermain, serta tidak terbiasa menyikat gigi sebelum tidur. Hal ini diperparah oleh minimnya pengetahuan orang tua tentang praktik PHBS serta kurangnya materi edukasi kesehatan yang disesuaikan dengan usia anak. Keterbatasan informasi kesehatan dan kurangnya keterlibatan orang tua dalam mendampingi anak untuk menerapkan perilaku sehat menjadi tantangan nyata dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat di desa ini.

Padahal, mencuci tangan dengan sabun telah terbukti secara ilmiah sebagai tindakan preventif paling sederhana dan efektif dalam mencegah penyebaran penyakit menular. WHO melaporkan bahwa mencuci tangan dapat menurunkan risiko diare hingga 40% dan ISPA hingga 23% pada anak-anak (WHO, 2020). Sementara itu, kebiasaan menyikat gigi dua kali sehari dengan teknik yang tepat dapat mencegah terjadinya karies gigi dan penyakit periodontal, serta mendukung perkembangan kesehatan mulut anak yang optimal (Herawati, 2022). Oleh karena itu, intervensi edukatif sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pembentukan perilaku sehat sedini mungkin.

Dalam konteks manajemen kesehatan masyarakat, promosi kesehatan merupakan fungsi yang penting dan strategis. Melalui promosi kesehatan, perubahan perilaku masyarakat dapat dilakukan secara sistematis, terencana, dan berkelanjutan. Menurut Notoatmodjo (2012),

promosi kesehatan yang efektif harus memuat elemen edukasi, motivasi, dan fasilitasi yang dirancang berdasarkan kebutuhan spesifik sasaran, dalam hal ini anak usia dini dan orang tua mereka. Kegiatan promosi kesehatan yang bersifat partisipatif dan berbasis komunitas terbukti lebih berhasil dalam meningkatkan penerimaan dan keberlangsungan perubahan perilaku.

Dengan memperhatikan urgensi tersebut, diperlukan sebuah program pengabdian kepada masyarakat yang terfokus pada optimalisasi manajemen promosi kesehatan melalui kegiatan edukasi cuci tangan dan gosok gigi secara menyeluruh dan menarik bagi anak-anak. Kegiatan edukasi ini akan dirancang dengan pendekatan visual, praktik langsung, serta keterlibatan aktif guru dan orang tua sebagai upaya pemberdayaan komunitas pendidikan dan keluarga. Kegiatan ini memiliki novelty dalam pendekatan promosi kesehatan yang memadukan metode partisipatif, visual, dan praktik langsung yang kontekstual dengan budaya lokal serta melibatkan peran aktif komunitas sekolah dan keluarga secara simultan. Kegiatan ini memiliki novelty dalam pendekatan promosi kesehatan yang memadukan metode partisipatif, visual, dan praktik langsung yang kontekstual dengan budaya lokal serta melibatkan peran aktif komunitas sekolah dan keluarga secara bersamaan. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk mengoptimalkan manajemen promosi kesehatan melalui edukasi perilaku cuci tangan dan gosok gigi guna meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini di Desa Lubuk Siam, Kecamatan Siak Hulu, Kabupaten Kampar.

METODE

Jenis kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah edukatif partisipatif, dengan pendekatan promotif dan preventif yang bertujuan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini. Pendekatan edukatif dilakukan melalui pemberian materi, demonstrasi praktik cuci tangan dan gosok gigi yang benar, serta penyuluhan interaktif bersama guru dan orang tua. Pendekatan partisipatif diterapkan melalui keterlibatan aktif anak, guru, dan wali murid dalam seluruh rangkaian kegiatan.

Kegiatan ini dilaksanakan di SDN 08 Desa Lubuk Siam, Kecamatan Siak Hulu, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau, yang merupakan salah satu sekolah dasar di daerah pedesaan dengan keterbatasan akses informasi kesehatan. Pelaksanaan kegiatan direncanakan berlangsung selama bulan Juni 2025, yang terdiri dari tiga tahap, yaitu: (1) observasi awal dan koordinasi, (2) pelaksanaan intervensi edukasi, dan (3) evaluasi serta tindak lanjut. Observasi awal dilakukan melalui kunjungan lapangan yang disertai wawancara informal dengan guru kelas dan tenaga kesehatan setempat, serta pengamatan langsung terhadap perilaku siswa dalam aktivitas harian di sekolah seperti sebelum makan, setelah bermain, dan saat ke kamar kecil. Pengamatan ini dilakukan untuk mengidentifikasi kebiasaan aktual serta tingkat pemahaman anak terkait perilaku hidup bersih dan sehat.

Populasi dalam kegiatan ini adalah seluruh siswa kelas 1 SD (usia 7–8 tahun) yang berjumlah sekitar 30 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pemilihan sampel secara sengaja berdasarkan karakteristik tertentu, dalam hal ini anak-anak usia dini yang belum memiliki pemahaman dan kebiasaan PHBS yang baik. Sampel utama dalam kegiatan ini adalah 24 anak yang memenuhi kriteria.

Data dikumpulkan melalui pre-test dan post-test berupa kuesioner sederhana dan lembar observasi perilaku. Pre-test dilakukan sebelum kegiatan edukasi untuk mengetahui

pemahaman awal anak mengenai pentingnya cuci tangan dan gosok gigi. Post-test dilakukan setelah kegiatan untuk menilai peningkatan pengetahuan dan perubahan perilaku.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif, dengan membandingkan hasil pra dan pasca intervensi. Hasil data disajikan dalam bentuk tabel dan grafik, untuk memberikan gambaran visual mengenai efektivitas kegiatan edukasi terhadap peningkatan pemahaman dan praktik PHBS anak usia dini.

HASIL



Gambar 1. Dokumentasi Edukasi Cuci Tangan melalui Media Brosur



Gambar 2. Edukasi Praktik Cuci Tangan dan Gosok Gigi

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini melibatkan 24 anak usia dini (kelas 1) di SDN 08 Desa Lubuk Siam, Kecamatan Siak Hulu, Kabupaten Kampar. Karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin terdiri atas 13 anak laki-laki (54,2%) dan 11 anak perempuan (45,8%). Mayoritas anak belum memiliki kebiasaan menyikat gigi secara rutin dua kali sehari dan belum memahami waktu-waktu penting untuk mencuci tangan. Temuan awal ini menguatkan urgensi program edukasi PHBS yang menasar usia dini sebagai fondasi perubahan perilaku jangka panjang.

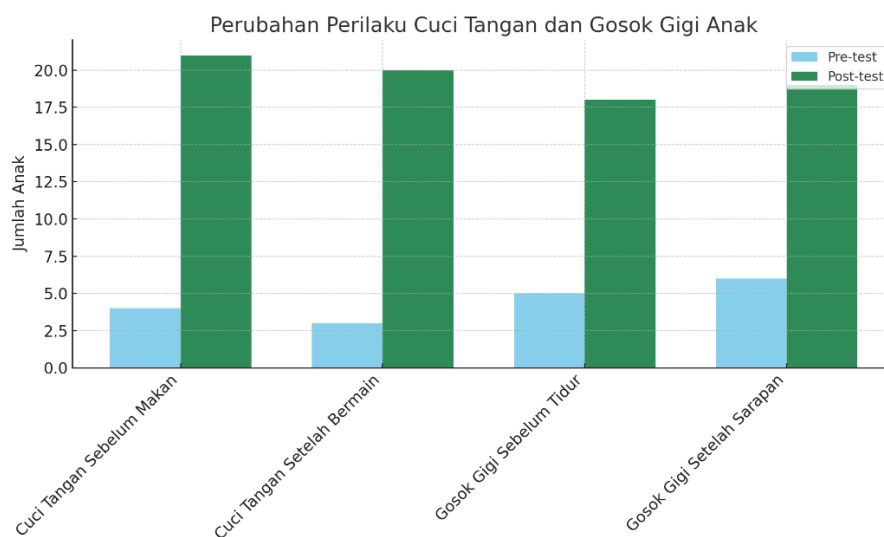
Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

No	Karakteristik Responden	F	%
1	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	50	45,9
	Perempuan	59	54,1
2	Kebiasaan Menyikat Gigi		
	Rutin 2x sehari	5	20,8
	Tidak rutin	19	79,2
Total		109	100

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Anak tentang PHBS sebelum dan sesudah Edukasi

No	Kategori Pengetahuan	Pre-test (Jumlah Anak)	Post-test (Jumlah Anak)
1	Tinggi	2	15
2	Sedang	6	7
3	Rendah	16	2
Total		24	24

Dari tabel di atas terlihat bahwa sebelum edukasi, sebagian besar anak berada pada kategori pengetahuan rendah (16 anak atau 66,7%). Setelah edukasi, terjadi peningkatan signifikan, di mana 15 anak atau 62,5% berada dalam kategori pengetahuan tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif interaktif yang melibatkan visualisasi dan praktik langsung mampu mengubah pemahaman anak secara cepat dan substansial dalam konteks kebersihan pribadi.



Gambar 3. Grafik Perubahan Pengetahuan Anak tentang PHBS

Selain peningkatan pengetahuan, perubahan juga terlihat pada perilaku mencuci tangan dan menyikat gigi. Sebelum intervensi, hanya 4 anak (16,7%) yang mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan setelah bermain. Setelah edukasi dan praktik langsung, 21 anak (87,5%) mulai melakukan cuci tangan pada waktu-waktu penting tersebut secara konsisten di sekolah.

Tabel 3. Perubahan Perilaku Cuci Tangan dan Gosok Gigi Anak

No	Jenis Perilaku	Pre-test (Ya)	Post-test (Ya)
1	Cuci tangan sebelum makan	4	21
2	Cuci tangan setelah bermain	3	20
3	Gosok gigi sebelum tidur	5	18
4	Gosok gigi setelah sarapan	6	19

Data menunjukkan bahwa terjadi peningkatan signifikan dalam praktik PHBS sehari-hari anak setelah mengikuti kegiatan edukasi. Kegiatan ini berhasil meningkatkan baik aspek pengetahuan maupun praktik nyata kebersihan diri pada anak usia dini.

PEMBAHASAN

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan adanya peningkatan signifikan baik pada aspek pengetahuan maupun perilaku anak usia dini dalam menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), khususnya dalam hal mencuci tangan dan menyikat gigi. Sebelum pelaksanaan edukasi, sebagian besar anak memiliki pengetahuan yang rendah dan belum terbiasa melakukan praktik PHBS secara rutin. Namun setelah dilakukan intervensi edukatif melalui pendekatan partisipatif, terjadi perbaikan yang signifikan. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang terstruktur, disertai demonstrasi praktik langsung dan keterlibatan guru serta orang tua, dapat berdampak positif terhadap perubahan perilaku anak.

Peningkatan perilaku mencuci tangan dari hanya 16,7% menjadi 87,5% setelah edukasi menunjukkan bahwa anak-anak merespon dengan baik informasi dan stimulasi yang diberikan. Temuan ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Kartika (2016), yang menyatakan bahwa edukasi cuci tangan yang dilakukan secara visual dan partisipatif mampu meningkatkan kesadaran anak usia sekolah dasar hingga 70%. Demikian pula pada perilaku menyikat gigi, terjadi lonjakan signifikan dalam frekuensi menyikat gigi dua kali sehari, yang mengindikasikan bahwa metode edukasi yang diterapkan efektif dalam membentuk kebiasaan baru.

Dari sudut pandang manajemen kesehatan, keberhasilan program ini tidak terlepas dari penerapan prinsip manajemen promosi kesehatan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi yang baik. Kegiatan ini disusun berdasarkan hasil observasi awal dan kebutuhan mitra, kemudian dilaksanakan dengan pendekatan edukatif, dan akhirnya dievaluasi melalui

pre-test dan post-test. Pendekatan ini sesuai dengan teori promosi kesehatan oleh Notoatmodjo (2012), yang menekankan pentingnya komunikasi dua arah dan keterlibatan aktif sasaran dalam proses perubahan perilaku.

Selain itu, keterlibatan guru dan orang tua menjadi faktor pendukung yang penting. Anak-anak yang didampingi oleh orang dewasa saat praktik cuci tangan dan gosok gigi menunjukkan hasil yang lebih baik. Hal ini konsisten dengan hasil pengabdian masyarakat oleh Syaekhu (2023) yang menunjukkan bahwa kolaborasi antara sekolah dan keluarga menjadi kunci utama keberhasilan pendidikan kesehatan pada anak usia dini.

Namun demikian, terdapat beberapa tantangan yang perlu dicatat. Sebagian anak masih mengalami kesulitan memahami konsep kesehatan jika disampaikan secara verbal saja. Oleh karena itu, pendekatan visual dan penggunaan media interaktif sangat disarankan untuk kegiatan sejenis di masa depan. Selain itu, keberlanjutan praktik PHBS juga sangat bergantung pada dukungan lingkungan sekitar, baik di rumah maupun di sekolah (Yunasti & Asparyana, 2024). Disamping itu, tantangan lain yang muncul adalah hambatan komunikasi dengan sebagian orang tua peserta, khususnya dalam menyampaikan pentingnya peran mereka dalam mendampingi praktik PHBS di rumah. Beberapa orang tua menunjukkan keterbatasan waktu dan kurangnya respons terhadap undangan partisipasi, sehingga diperlukan strategi komunikasi yang lebih efektif dan fleksibel di masa mendatang.



Secara keseluruhan, kegiatan ini membuktikan bahwa edukasi berbasis manajemen promosi kesehatan yang dilakukan secara sistematis, terencana, dan melibatkan semua pihak dapat memberikan hasil yang signifikan dalam meningkatkan PHBS pada anak usia dini.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang mengusung tema Manajemen Promosi Kesehatan: Edukasi Cuci Tangan dan Gosok Gigi untuk Meningkatkan PHBS Anak Usia Dini berhasil meningkatkan pengetahuan dan perilaku anak dalam menerapkan praktik hidup bersih dan sehat. Berdasarkan hasil analisis data, terjadi peningkatan signifikan pada pemahaman dan praktik cuci tangan serta gosok gigi setelah dilakukan edukasi. Keberhasilan ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif partisipatif yang dikemas dalam bentuk praktik langsung dan visualisasi mampu mengoptimalkan fungsi promosi kesehatan di lingkungan sekolah dasar. Sebagai langkah keberlanjutan, kegiatan ini direncanakan untuk diintegrasikan ke dalam program rutin sekolah melalui kolaborasi dengan guru kelas dan puskesmas setempat, termasuk penyediaan materi visual edukatif dan pelatihan singkat bagi pendidik untuk mendampingi praktik PHBS secara konsisten.

DAFTAR PUSTAKA

- Herawati, A., Sari, A., Santoso, D., Putra, F. B. A., Sitorus, G. G., & Setiawaty, S. (2022). Edukasi Kesehatan Gigi dan Mulut melalui Media Pembelajaran Berbasis Interaktif pada Siswa SDN Mekarjaya 11 Kota Depok Tahun 2022. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 1(4), 111-118.
- Kartika, M., Widagdo, L., & Sugihantono, A. (2016). Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku cuci tangan pakai sabun pada siswa Sekolah Dasar Negeri Sambiroto 01 Kota Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(5), 339-346.

	<p>JLP : Jurnal Lentera Pengabdian Volume 03 No 03 Juli 2025 E ISSN:2985-6140</p> <p>https://lenteranusa.id/</p>	
---	---	---

- Kementerian Kesehatan RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022. Jakarta: Kemenkes RI.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syaekhu, A., Handayani, S., Haruna, N. H., & Irma, I. (2023). Kolaborasi Membangun Generasi Sehat Sejak Dini. *MATAPPA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 163-171.
- World Health Organization. (2020). Hand Hygiene in Community and Healthcare Settings. Geneva: WHO. <https://www.who.int/teams/integrated-health-services/infection-prevention-control/hand-hygiene>
- World Health Organization (WHO). (2020). Recommendations on Hand Hygiene in Community Settings: WHO Guidelines. Retrieved from <https://www.who.int>
- Yunasti, D., & Aspariyana, A. (2024). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS); Studi SDN 013 Tanjungpinang Barat. Kota Tanjungpinang. *Jurnal Pengabdian Negeri*, 1(1), 28-36.