



## Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak TK ABA An-Nur

Farida Kartini<sup>1,2</sup>, M. Hakimi<sup>3</sup>, Fitnaningsih Endang Cahyawati<sup>4</sup>, Indah Christiana<sup>5</sup>, Siti Nurul Fadhilah Sari<sup>6</sup>, Okta Zenita Siti Fatimah<sup>7</sup>, Ana Rofika<sup>8</sup>

<sup>1,3,4,5,6,7,8</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Aisyiyah Yogyakarta

<sup>2</sup>PSPKB Universitas Aisyiyah Yogyakarta

[faridakartini@unisayogya.ac.id](mailto:faridakartini@unisayogya.ac.id)

### ABSTRAK

Mengajarkan cara-cara untuk menjaga kebersihan diri dan menjaga kesehatan harus dimulai sejak kecil. Membiasakan anak untuk selalu melakukan hal-hal positif terutama yang berkaitan dengan menjaga kebersihan diri nantinya akan menjadikan suatu habit yang baik di masa mendatang. Oleh karenanya, untuk membiasakan perilaku tersebut, cara yang dapat dilakukan yakni memberikan pendidikan personal hygiene pada anak prasekolah. Pendidikan prasekolah ini dimaksudkan untuk mengajarkan anak prasekolah/Taman Kanak-kanak (TK) bagaimana cara melakukan personal hygiene. Pada kegiatan tersebut materi-materi yang akan disampaikan adalah apa itu thoharoh, menjaga kebersihan diri sehari-hari. Dengan diketahuinya kedua hal tersebut diharapkan anak-anak sudah sejak kecil menjaga kebersihan dirinya sehingga meminimalisir untuk terjadinya sakit. Solusi yang ditawarkan adalah membekali anak-anak TK mengenai tata cara thoharoh (wudlu, cara membersihkan diri dengan mencuci tangan). Hal tersebut dirasa sangat perlu diajarkan pada anak-anak TK mengingat agar tumbuh habit yang baik dalam diri anak dimasa yang akan datang. Metode pelaksanaan PkM dengan memberikan edukasi mengenai tata cara mencuci tangan dan tata cara berwudlu. Setelah diberikan edukasi melakukan demonstrasi dan praktik cara mencuci tangan dan berwudlu. Terakhir melakukan tes dengan memberikan pertanyaan lisan dan praktik cara mencuci tangan dan berwudlu. TK yang akan menjadi mitra dalam PkM ini adalah TK ABA AN-Nur. **Luaran** adalah transfer pengetahuan dan keterampilan mengenai thoharoh dan tata cara menjaga personal hygiene sebagai upaya pemberdayaan masyarakat dibidang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

**Kata Kunci:** Pendidikan, pengajaran, thoharoh, PHBS, TK

### ABSTRACT

*Teaching ways to maintain hygiene and health should start at a young age. In the future, getting your child used to doing positive things, especially keeping himself clean, will be good. Therefore, educating preschool children about personal hygiene is one way to help them develop such behavior. Pre-school education aims to instruct preschoolers, specifically kindergarteners, on personal hygiene practices. The materials presented in these activities represent the concept of thoharoh, which focuses on maintaining daily hygiene. We hope that the children have maintained their hygiene since childhood, thereby reducing the likelihood of illness. The solution offered is to provide kindergarten children with thoharoh's methods (wudlu, cara membersihkan diri dengan mencuci tangan). Teaching kindergarten children is highly significant in order to instill a good spirit in them in the future. ABA AN-Nur will be the TK's partner in this PkM. The external aspect involves imparting knowledge and skills on personal hygiene principles and methods to empower the community in the realm of clean and healthy behavior (PHBS).*

**Keywords:** Education, teaching, thoharoh, PHBS, kindergarten

**DOI:** <https://doi.org/10.54832/judimas.v3i1.391>

### Pendahuluan

Data BPS menyebutkan bahwa di Indonesia pada tahun 2022 terdapat sebanyak 30,73 juta anak usia dini, dengan jumlah anak usia 5-6 tahun atau anak prasekolah sebanyak 29,11% (Rizaty, 2022). Jumlah siswa TK di DIY tahun 2022 sebanyak 80.732 siswa (Bappeda Daerah



DIY, 2022; BPS, 2022). Jumlah TK yang ada di DIY tahun 2022 sebanyak 2.145 TK dengan distribusi TK Negeri 53 TK dan TK swasta sebanyak 2.079 TK (Bappeda DIY, 2023). Bisa dibayangkan betapa besarnya peran swasta ikut serta dalam upaya mendidik anak bangsa tidak terkecuali Muhammadiyah/'Aisyiyah. Berdasarkan data tersebut, maka dirasa sangat strategis untuk menanamkan PHBS pada anak usia prasekolah (TK).

Al-Qur'an telah menjelaskan pada kita, bahwa akan menjadi apa dan siapa anak tergantung dari didikan orang tuanya. Secara garis besar Islam mengajarkan 3 kelompok besar mengenai pendidikan yang harus diberikan pada anak. Ketiga kelompok ranah pendidikan tersebut satu sama lainnya saling berhubungan. Kelompok pertama adalah pendidikan tauhid dan aqidah, kelompok kedua adalah pendidikan ibadah dan kelompok ketiga adalah pendidikan akhlak. Dijelaskan bahwa tauhid merupakan landasan islam yang pertama harus dipahamkan pada anak. Tanpa tauhid dan aqidah seseorang akan tajuh pada ke syirikan, padahal syirik merupakan dosa yang tidak akan diampuni Allah. Hal ini antara lain ditegaskan Allah dalam surat An-Nisa ayat 48 yang isinya bahwa Allah tidak akan mengampuni dosa syirik. Pada kelompok pendidikan ibadah, hendaknya tata cara ibadah sesuai tuntunan Rosulullah saw. diajarkan pada anak-anak sejak kecil, seperti bagaimana tata cara bersuci, shalat, puasa dan ibadah lainnya. Ibadah seseorang akan dapat diterima Allah bila dilakukan sesuai tuntunan yang yang benar dan baik. Terakhir yang tak kalah pentingnya juga adalah pendidikan akhlak yang harus juga benar-benar ditekankan pada anak (Hadarna, 2020). Akhlak yang baik akan membuat kehidupan akan tentram, damai dan menyenangkan.

Dalam mendidik anak orang harus diberikan contoh nyata yang bisa mereka tiru dengan baik. demikian pula halnya dengan pendidikan PHBS. PHBS perlu diajarkan pada anak secara jelas dan rinci, sehingga anak bisa mengikuti dan melaksanakannya dengan baik. PHBS yang akan diberikan pada anak prasekolah ini meliputi pengertian PHBS dan tujuannya sehingga dengan mengetahui dan paham maka anak akan berusaha melaksanakannya dengan baik dan secara sukarela. Bagaimana menjaga kebersihan diri, seperti bagaimana metode yang benar untuk mencuci tangan dan kapan waktu yang tepat untuk mencucinya. Cara cara berwudlu saat mau melaksanakan shalat.

Hal tersebut dirasa sangat perlu untuk disampaikan pada anak-anak dengan harapan nantinya selain mereka bisa menjaga kebersihan diri secara lahiriah juga secara batiniah. Hal ini penting mengingat setiap muslim harus dapat menjaga kebersihan diri dan kesucian dengan baik dan benar terutama terkait dengan sah tidaknya shalat.



PHBS adalah singkatan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. PHBS adalah segala tindakan kesehatan yang dilakukan atas kesadaran individu untuk memastikan bahwa keluarga dan anggota keluarganya dapat menjaga kesehatan mereka sendiri dan berpartisipasi aktif dalam kegiatan komunitas (Kementerian Kesehatan RI, 2011). PHBS merupakan upaya rekayasa sosial untuk mendorong anggota masyarakat untuk menjadi agen perubahan dengan kemampuan meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari demi mencapai kebersihan dan kesehatan dalam hidup. PHBS bertujuan untuk memperbaiki kesehatan dengan mengedukasi individu yang pada akhirnya akan mendorong mereka untuk menerapkan kebiasaan hidup sehat dan bersih dalam kehidupan sehari-hari. Salah satu manfaat utama PHBS ialah bahwa itu membantu menciptakan individu yang memahami pentingnya kesehatan, memiliki pengetahuan yang memadai, dan kesadaran untuk menjalani gaya hidup yang mendukung kebersihan serta memenuhi standar kesehatan. PHBS dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mengadopsi gaya hidup yang bersih dan sehat guna mencegah serta mengatasi masalah kesehatan. Selain itu, penerapan PHBS dapat membantu masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan mutu kehidupan.

### **Metode Pelaksanaan**

Metode yang digunakan yakni melakukan pemberian Pendidikan PHBS pada siswa TK. Kegiatan yang dilakukan dalam 3 tahap: persiapan, pelaksanaan dan terakhir adalah penutup.

#### **Tahap Persiapan:**

Pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan Kepala TK dan Guru terkait materi dan strategi pelaksanaan edukasi pada anak TK. Ruang belajar di TK bila semua anak dijadikan satu tidak cukup, sehingga pelaksanaan edukasi dilaksanakan di masjid An-Nur Perum SBI. Perijinan penggunaan masjid kepada takmir masjid dilakukan oleh pihak TK.

Mempersiapkan materi dan PPT edukasi yang sudah disepakati dengan pihak TK sebelumnya. Materi yang akan disampaikan adalah thoharoh dalam hal ini cara berwudlu dan cara mencuci tangan yang baik dan benar, sesuai rekomendasi WHO yaitu 6 langkah mencuci tangan.

#### **Tahap Pelaksanaan:**

Kegiatan edukasi PHBS ini disampaikan pada siswa TK ABA An-Nur Perum SBI Sidorejo Ngestiharjo Kasihan Bantul. Siswa TK diberikan edukasi cara berwudlu dan cara mencuci tangan. Edukasi dilakukan selama 30 menit untuk masing-masing materi. Edukasi



diberikan dengan metode ceramah dan praktik (demonstrasi). Selanjutnya mereka mempraktikkan secara mandiri dan didampingi oleh guru TK dan tim pengabdian pada masyarakat. Setelah edukasi dan praktik mandiri dilakukan. Kemudian dilakukan tes lisan dengan melontarkan beberapa pertanyaan. Siswa yang menjawab dengan benar diberikan hadiah. Terakhir dilakukan tes praktik cara berwudlu dan cara mencuci tangan dengan melakukan sampel pada beberapa siswa yang terpilih berdasarkan kecepatan mereka menunjuk jari. Mereka yang terpilih dan mempraktikkan cara berwudlu dan mencuci tangan diberikan hadiah. Keberhasilan dari kegiatan PkM ini diukur dari kemampuan siswa dalam menjawab pertanyaan secara tepat dan dapat melakukan langkah-langkah berwudlu dan cara mencuci tangan dengan tepat.

### Penutup

Acara pengabdian kepada masyarakat ditutup dengan foto bersama dan pemberian bingkisan pada semua siswa TK. Sebagai tindak lanjut pengabdian masyarakat observasi dan bimbingan pelaksanaan cara wudlu dan cara mencuci tangan akan dilaksanakan oleh pihak TK.

## Hasil dan Pembahasan

### A. Hasil

Tabel 1. *Karakteristik peserta berdasarkan usia n=39*

Umur	Jumlah	Persentase (%)
<b>TK A</b>		
5 tahun	15	83,3
6 tahun	3	16,7
<b>TK B</b>		
5 tahun	2	9,5
6 tahun	17	81
7 tahun	2	9,5

Pada Tabel 1 dapat dilihat bahwa usia anak yang mengikuti pendidikan Taman Kanak-Kanak (TK) pada setiap tingkatannya sebagian besar sesuai usia anak pra sekolah yaitu usia 5-6 tahun.

**Tabel 2. Karakteristik peserta berdasarkan jenis kelamin n=39**

Umur	Jumlah	Persentase (%)
<b>TK A</b>		
Perempuan	10	55,6
Laki-laki	8	44,4
<b>TK B</b>		
Perempuan	11	52,4
Laki-laki	10	47,6

Tabel 2 menggambarkan distribusi jenis kelamin siswa pada kedua tingkatan kelas di TA ABA An-Nur Perum SBI Sisorejo dapat dikatakan berimbang.

**Tabel 3. Distribusi siswa yang mampu menjawab pertanyaan lisan**

Jawaban	Jumlah	Persentase (%)
<b>Tentang cuci tangan 5 pertanyaan, n=7</b>		
Tepat	5	71,4
Kurang tepat	2	28,6
<b>Tentang wudlu 5 pertanyaan, n=6</b>		
Tepat	5	83,3
Kurang tepat	1	16,7

Tabel 3 memperlihatkan bahwa sebagian besar siswa TK ABA An-Nur Perum SBI Sisorejo dapat menjawab pertanyaan lisan mengenai cuci tangan dan wudlu dengan tepat.

**Tabel 4. Distribusi siswa yang mampu mempraktikkan cara cuci tangan dan cara wudlu**

Keterampilan	Jumlah	Persentase (%)
<b>Cara cuci tangan</b>		
Tepat	18	72
Kurang tepat	7	28
<b>Cara wudlu</b>		
Tepat	21	84
Kurang tepat	4	16

Tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa TK ABA An-Nur Perum SBI Sisorejo dapat mempraktikkan cara cuci tangan dan wudlu dengan tepat.

## B. Pembahasan

Anak pra sekolah merupakan anak-anak usia 3 hingga 6 tahun. Pada usia ini umumnya mereka sudah masuk kelompok bermain seperti TK atau sejenisnya (Affrida, 2017). Pada usia ini merupakan tahap perkembangan dan pertumbuhan anak yang sangat penting. Pada masa ini, seluruh aspek kecerdasan anak dapat dioptimalkan dan mereka dapat dengan mudah memahami apa yang disampaikan oleh orang lain. Karena periode kanak-kanak ini sangat krusial, stimulasi yang sesuai menjadi sangat penting. Dukungan yang tepat ini akan memfasilitasi pertumbuhan, perkembangan, dan pembelajaran anak



dengan optimal. Pada fase ini, anak memiliki kemampuan besar untuk menyerap informasi positif maupun negatif yang akan membentuk karakter mereka di masa depan. Oleh karenanya pada masa ini perlu adanya penanaman nilai-nilai agama agar karakter anak dapat terbentuk dengan baik (Syarofah & Syukri, 2016). Oleh karenanya dibutuhkan stimulasi agar tumbuh kembang yang optimal dapat tercapai (Nurwijayanti & Iqomh, 2018). Selain stimulasi (asah), untuk tumbuh kembang anak ini juga dibutuhkan asuh (kebutuhan dasar anak, fisik-biomedis) dan asih (emosi/kasih sayang) (Aliyanti & Sumanto, 2023). Pada pengabdian pada masyarakat di TK ABA An-Nur ini lebih menekankan pada aspek asah anak tanpa meninggalkan aspek asih dan asuh. Ketiga aspek tersebut sebenarnya tidak bisa dipisahkan walaupun pada penerapannya biasanya salah satu aspek yang menonjol.

Pelaksanaan PkM dilaksanakan Selasa, 5 Agustus 2023 di masjid An-Nur jam 09.00-11.00 WIB, dengan partisipan siswa/siswi TK sebanyak 39 siswa/siswi dan dihadiri 4 orang guru termasuk Kepala TK. Sebelum pelaksanaan edukasi siswa/siswi TK melaksanakan praktik shalat dhuha.

Pelaksanaan edukasi dimulai dengan pengantar yang disampaikan oleh Kepala TK sekaligus perkenalan. Setelah perkenalan, kegiatan dimulai dengan memberikan edukasi menggunakan PPT dengan materi pertama mengenai pengertian thoharoh. Kegunaan thoharoh yang pertama adalah untuk menyucikan diri dari hadats kecil sebelum melakukan shalat. Sebelum melaksanakan wudlu didahului dengan mencuci tangan. Siswa/siswi diajarkan tatacara mencuci tangan 6 langkah.

Edukasi tentang tata cara mencuci tangan dan berwudlu dilakukan secara bersama-sama mengingat kedua kegiatan ini saling berhubungan dan saling mendukung. Sebelum berwudlu kita disarankan untuk membersihkan tangan terlebih dahulu yang berarti mencuci tangan terlebih dahulu. Namun, cuci tangan yang diajarkan ini adalah cuci tangan sesuai panduan yang diberikan oleh WHO dengan maksud agar bagian-bagian diseluruh permukaan tangan dapat dibersihkan. Apakah beda dengan cuci tangan biasa yang tanpa gerakan-gerakan tertentu? Sebenarnya tanpa gerakan yang disarankan oleh WHO juga bisa asal dipastikan bila gerakan-gerakan cuci tangan yang dilakukan dapat benar-benar membersihkan seluruh bagian tangan.

Untuk memahami siswa bagaimana cara mencuci tangan dan berwudlu sesuai dengan tuntunan, maka tahap pelaksanaannya pertama-tama dengan metode ceramah.

Setelah ceramah dilakukan demonstrasi bagaimana cara mencuci tangan menggunakan 6 langkah WHO. Setelah demnstrasi siswa melakukan secara mandiri dengan didampingi guru dan tim PkM. Hal yang sama dilakukan pada pembelajaran cara berwudlu. Setelah dirasa cukup kegiatan selanjutnya adalah memberikan pertanyaan pada siswa terkait beberapa teori mengenai cuci tangan dan berwudlu. Bagi siswa yang dapat menjawab dengan benar diberikan hadiah. Setelah pertanyaan secara lisan diberikan dilakukan kuis praktik cara mencuci tangan dan cara berwudlu. Bagi siswa yang mengajukan diri dan terpilih untuk mengikuti kuis praktik cuci tangan dan berwudlu juga diberikan hadiah.

Dari hasil kuis yang berisi pertanyaan mengenai cuci tangan dan wudlu yang diberikan secara lisan sebagian besar siswa TK dapat menjawab dengan tepat. Begitu pula dengan kuis praktik mengenai cara cuci tangan dan cara wudlu sebagian besar siswa dapat meperaktikan dengan tepat.

Kegiatan PkM mengenai pendidikan PHBS pada siswa TK ABA An-Nur Perum SBI Sisorejo dapat berjalan dengan baik dan lancar. Kegiatan PkM berakhir jam 11.00 WIB.



**Gambar 1.** Foto kegiatan praktik wudhu dan shalat dhuha



**Gambar 2.** Foto saat penyampaian materi



**Gambar 3.** Foto Praktik cara cuci tangan

### **Kesimpulan**

Kegiatan PkM mengenai cara cuci tangan dan cara berwudlu pada siswa TK ABA An-Nur Sidorejo ini dapat berjalan dengan baik dan lancar. Terdapat penahaman siswa mengenai cara cuci tangan dan cara berwudlu. Tetapi hal ini perlu selalu diulang-ulang agar semakin membekas dan tertanam dalam diri. Oleh karenanya walaupun kegiatan ini dilaksanakan hanya 1 kali untuk kesehariannya akan dilakukan pemantauan oleh guru TK terutama disaat-saat bersamaan dengan kegiatan di TK seperti saat latihan shalat bersama.

### **Ucapan Terima Kasih**

Ucapan terima kasih ini disampaikan pada Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan dan dukungan pada pelaksanaan PkM ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan pada TK ABA An-Nur Sidorejo yang telah memberikan kesempatan dan dukungannya pada kegiatan PkM ini.

### **Daftar Pustaka**

- Affrida, E. N. (2017). Strategi Ibu dengan peran ganda dalam membentuk kemandirian anak usia pra sekolah. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(2), 114. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v1i2.24>
- Aliyanti, A., & Sumanto, R. P. A. (2023). Implementasi layanan asah, asih, asuh sebagai komitmen pengembangan anak usia dini holistik integratif. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(6), 6818–6830. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i6.5729>
- Bappeda Daerah DIY. (2022). *Aplikasi dataku Daerah Istimewa Yogyakarta*. [https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data\\_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik](https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data_dasar/cetak/482-jumlah-peserta-didik)
- Bappeda DIY. (2023). *Aplikasi dataku Daerah Istimewah Yogyakarta (Jumlah Sekolah)*. [https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data\\_dasar/cetak/478-jumlah-sekolah](https://bappeda.jogjaprov.go.id/dataku/data_dasar/cetak/478-jumlah-sekolah)





- BPS. (2022). *Profil Anak Usia Dini* 2022. <https://webapi.bps.go.id/download.php?f=oP2BKz7geVxqCRhzyZ/1pvlfu3P+hc/Bj7pSLUPtjzvgw/NSQ93BEf0Aud40+q7Js6ithSg8kKhSml+diZomNM8DYRWdd1kFTrEbjkUIg5UPCcb+Z9IFrn9jb80MQpTIajWS6awGTUEDNa1UPdYhg6ufq1xKs4I+a3X7/hosk07+krOJGUvHt70ZhTlw3E0vN5dm/15MyamGanVieOUoDNF0UNTSqDMenY0uAzuwf4tvlof0S5rZbdHDM9BJDX7D1mYq2rc+oy9hJgQLKKJqw==>
- Hadarna, H. (2020). Pendidikan anak dalam perspektif Islam. *Jurnal Pendidikan Didaktika*, 9(1), 36–47. <https://jurnaldidaktika.org/contents/article/view/10>
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. [file:///Users/faridakartini/Downloads/files13583Pedoman\\_umum\\_PHBS%20\(1\).pdf](file:///Users/faridakartini/Downloads/files13583Pedoman_umum_PHBS%20(1).pdf)
- Nurwijayanti, A. M., & Iqomh, M. K. B. (2018). Intervensi keperawatan anak pada anak usia pra sekolah di Kecamatan Weleri dalam upaya pencapaian tumbuh kembang. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 8(3), 479–486. <file:///Users/faridakartini/Downloads/132-Original%20Article-269-1-10-20180927.pdf>
- Rizaty, M. A. (2022, December 13). *Anak Usia Dini di Indonesia Sebanyak 30,73 Juta Jiwa pada 2022* - *DataIndonesia.id*. <https://dataIndonesia.id/varia/detail/anak-usia-dini-di-indonesia-sebanyak-3073-juta-jiwa-pada-2022>
- Syarofah, S., & Syukri, M. (2016). Peningkatan kemampuan berwudhu melalui metode demonstrasi pada anak usia 5-6 tahun di tk Khodijah 2 Beloyang. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran: Khatulistiwa*, 5(2), 1–15. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/13862>