

PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN DENGAN MEDIA LAGU TERHADAP PRAKTIK MENCUCI TANGAN

Hanifa Andisetyana Putri

Program Studi D IV Bidan Pendidik STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

hanifaaputri.90@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Mencuci tangan adalah tindakan yang berperan dalam meningkatkan derajat kesehatan dan efektif mencegah penyebaran kuman penyakit. Hasil studi *Environmental Health Risk Assessment* di 55 kabupaten/kota di 16 provinsi di Indonesia tahun 2013 menunjukkan baru 18,5% masyarakat melakukan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun karena kurangnya pengetahuan tentang pentingnya tindakan tersebut. Pendidikan kesehatan dengan media yang tepat pada anak dibutuhkan untuk menumbuhkan kesadaran serta membentuk perilaku hidup bersih dan sehat. Penelitian bertujuan menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan dengan media lagu terhadap praktik mencuci tangan.

Metode: Jenis penelitian menggunakan *quasi experimental design*. Teknik sampling adalah *purposive sampling* dengan sampel 37 siswa TK Negeri Pembina Sragen. Instrumen yang digunakan adalah *checklist* mencuci tangan. Teknik analisis data menggunakan *paired t-test*.

Hasil: Ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media lagu terhadap praktik mencuci tangan, dengan nilai $p=0,000$. Diharapkan pemberian pendidikan kesehatan tentang mencuci tangan dilakukan sejak dini dengan inovasi media pembelajaran yang memudahkan anak menyerap informasi.

Kata Kunci: media, lagu, praktik mencuci tangan

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal penting dalam hidup manusia. Sehat bukan merupakan tujuan hidup, namun alat untuk mencapai suatu kehidupan yang produktif (Machfoedz dan Suryani, 2008).. Berdasarkan Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan, menjelaskan bahwa kesehatan adalah

keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran seseorang untuk menolong dirinya sendiri di bidang

kesehatan dan berperan aktif dalam meningkatkan derajat kesehatan. PHBS merupakan salah satu strategi untuk menghasilkan kemandirian seseorang di bidang kesehatan. Kebersihan perseorangan (*personal hygiene*) merupakan implementasi dari PHBS yang menunjukkan usaha kesehatan yang dilakukan seseorang untuk menjaga kebersihan diri, salah satunya adalah kebersihan tangan (Siswanto, 2010).

Mencuci tangan merupakan hal yang sederhana, namun banyak orang malas melakukannya. Berdasarkan hasil studi *Environmental Health Risk Assessment* yang dilakukan di 55 kabupaten/kota di 16 provinsi di Indonesia pada tahun 2013 menunjukkan bahwa baru 18,5% masyarakat melakukan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun. Hal ini terjadi karena keyakinan bahwa apabila tidak ada kotoran yang terlihat menempel, maka tidak perlu mencuci tangan. Tangan yang terlihat bersih tidak menjamin bahwa tangan tersebut bebas dari kuman. Sumber penyebaran kuman dapat berasal dari benda-benda yang sering dipegang oleh seseorang, sehingga membuktikan bahwa tangan dapat menyebarkan penyakit dari aktivitas bersentuhan dengan berbagai benda. Mencuci tangan cukup efektif untuk mencegah kontak dengan kuman-kuman tersebut (Depkes RI, 2013).

Data dari UNICEF menyebutkan bahwa perubahan perilaku sederhana

dengan adanya kebiasaan mencuci tangan pakai sabun dapat menurunkan risiko diare hingga 50% dan ISPA hingga 45%, sehingga dibutuhkan adanya suatu gerakan untuk mensosialisasikan program mencuci tangan. Hari Cuci Tangan Pakai Sabun Sedunia (HCTPS) yang diperingati setiap tanggal 15 Oktober merupakan kampanye global yang dicanangkan oleh PBB untuk mewujudkan perilaku hidup bersih dan sehat melalui mencuci tangan (Prawira, 2013).

Setiap hari ada lebih dari 5.000 anak penderita diare meninggal dunia di seluruh dunia akibat kurangnya akses air bersih, fasilitas sanitasi, dan pendidikan kesehatan. Hal ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan merupakan bagian yang integral dari upaya kesehatan masyarakat. Menurut Siswanto (2010) pendidikan kesehatan perlu diberikan sedini mungkin, seperti pada usia kanak-kanak. Pendidikan kesehatan pada anak usia dini dapat menumbuhkan kesadaran dan membentuk perilaku hidup bersih dan sehat sedini mungkin, seperti kebiasaan mencuci tangan yang dapat meningkatkan derajat kesehatan seseorang. Anak-anak merupakan golongan usia yang paling rentan terhadap penyakit akibat perilaku yang tidak sehat dan sanitasi yang buruk. Maka dari itu anak usia dini menjadi sasaran strategis dari upaya kesehatan masyarakat.

Hasil studi pendahuluan dilakukan di Taman Kanak-kanak (TK) Negeri Pembina yang merupakan salah satu TK favorit di Kabupaten Sragen, penulis menemukan fakta bahwa siswa di sekolah tersebut belum pernah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang mencuci tangan dengan benar. Padahal pendidikan kesehatan menjadi tanggung jawab semua pihak dari keluarga, instansi pendidikan, pemerintah, dan masyarakat.

Perkembangan individu menurut Morisson dalam Yus (2011) siswa TK berada pada usia 4-6 tahun pada kelompok *preschool and kindergarten*. Pada usia ini anak menyukai kegiatan belajar yang bersifat menyenangkan untuk pengembangan kreativitasnya. Proses belajar yang menyenangkan seperti dengan bermain, gambar, bernyanyi memberikan kesan pada anak sehingga lebih mudah dalam menyerap pengetahuan yang disampaikan guru. Media yang tepat dalam proses belajar sangat mempengaruhi hasil belajar anak.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis menyimpulkan perlu adanya tindakan untuk meningkatkan derajat kesehatan siswa TK dengan pembiasaan PHBS mencuci tangan melalui pendidikan kesehatan. Selain itu dalam rangka memudahkan siswa dalam menyerap informasi kesehatan yang

diberikan, maka digunakan media pembelajaran yang tepat.

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pendidikan kesehatan dengan media lagu terhadap praktik mencuci tangan.

Pendidikan kesehatan merupakan bagian dari program kesehatan yang memiliki peran penting dalam proses perubahan perilaku dari berbagai pengalaman belajar yang mendorong seseorang, kelompok, maupun masyarakat mencapai hidup sehat. Pendidikan kesehatan disampaikan menggunakan media pembelajaran yang mengantarkan pesan antara pemberi pesan (guru) kepada penerima pesan (siswa) (Anitah, 2008).

Penelitian ini menggunakan media lagu dalam proses pemberian pendidikan kesehatan. Lagu adalah salah satu media *audio* yang menstimulasi indera pendengaran dalam proses pembelajaran. Media ini mengajarkan siswa untuk bernyanyi menggunakan syair-syair yang sesuai dengan materi yang diajarkan (Anitah, 2008).

Materi yang disampaikan dalam pendidikan kesehatan adalah tentang mencuci tangan. Siswa diharapkan dapat melakukan praktik mencuci tangan dengan benar sesuai dengan 7 langkah *hygiene* mencuci tangan (Depkes RI, 2008).

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pendidikan kesehatan

dengan media lagu terhadap praktik mencuci tangan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di TK Negeri Pembina Sragen yang terletak di Jalan Kenanga No.2 Beloran, Sragen Kulon, Sragen. Penelitian dilaksanakan mulai bulan Desember 2013 sampai dengan Mei 2014.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dan rancangan yang digunakan adalah *one group pre and posttest design* karena sebelum dan sesudah intervensi menggunakan satu kelompok yang sama (Taufiqurrahman, 2008).

Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, dimana sampel ditentukan dengan pertimbangan tertentu yaitu siswa TK dalam rentang usia 5-6 tahun. Jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 37 siswa.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi. Peneliti memberikan pendidikan kesehatan tentang cuci tangan dengan menggunakan media lagu. Kemudian peneliti melakukan pengamatan langsung dan memberikan penilaian terhadap praktik mencuci tangan pada siswa TK Negeri Pembina menggunakan instrumen *checklist* sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah diberikan

pendidikan kesehatan. *Checklist* mencuci tangan dibuat berdasarkan teori-teori pada Pelatihan Klinik Asuhan Persalinan Normal (APN) yang dikeluarkan oleh Departemen Kesehatan RI tahun 2008.

Teknik analisis data yang digunakan adalah uji *paired t-test* untuk mengetahui apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media lagu terhadap praktik mencuci tangan. Pemilihan uji *paired t-test* dilakukan karena variabel dalam penelitian berskala nominal dan interval serta data yang diperoleh berasal dari dua buah variabel yang keberadaan variabel satu dipengaruhi oleh variabel yang lain (Fajar et al, 2009). Syarat dilakukan uji *paired t-test* adalah distribusi data harus normal dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena jumlah sampel ≤ 50 . (Dahlan, 2011).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diawali dengan diperolehnya skor pretest dan posttest praktik mencuci tangan pada siswa TK dengan rincian sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil skor pretest dan posttest:

Kelompok data	Min	Max	Mean
---------------	-----	-----	------

Pretest	4	9	6,4324
Posttest	6	12	9,7027

Sumber: Hasil Olah Data

Pada tabel 1 diperoleh data bahwa bahwa skor terendah *pretest* adalah 4, tertinggi adalah 9, dan skor rata-ratanya 6,4324. Sedangkan skor terendah *posttest* adalah 6, tertinggi adalah 12, dan skor rata-ratanya adalah 9,7027. Hal ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata skor sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan dengan media lagu.

Kemudian dilakukan uji normalitas data terhadap skor pretest dan posttest dengan menggunakan uji *Shapiro-Wilk* karena sampel yang digunakan ≤ 50 , dan sebaran data dikatakan normal apabila nilai kemaknaan (p) $> 0,05$. Uji normalitas dilakukan pada data pretest dan posttest praktik mencuci tangan dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Pretest dan Posttest

Kelompok Data	p
Pretest	0,052
Posttest	0,051

Sumber: Hasil Olah Data

Pada tabel 2 diperoleh nilai p untuk pretest adalah 0,052 dan nilai p untuk posttest adalah 0,051 dimana

$p > 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa distribusi data untuk skor pretest dan posttest adalah normal, sehingga dapat dilakukan uji analisis dengan menggunakan uji paired t-test.

Hasil analisis uji paired t-test adalah sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil uji paired t-test

Paired	N	Mean	t	p
Pretest & Posttest	37	-3,270	-9,228	0,000

Sumber: hasil olah data

Berdasarkan Tabel 3 didapatkan nilai t hitung sebesar -9,228. Tanda *minus* (-) pada nilai t hitung menunjukkan bahwa skor sebelum pendidikan kesehatan (*pretest*) lebih kecil daripada setelah pendidikan kesehatan (*posttest*). Kriteria uji H_a diterima apabila nilai signifikansi (p) $< 0,05$. Hasil analisis data diperoleh nilai $p = 0,000$, dimana $0,000 < 0,05$ sehingga menunjukkan ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media lagu terhadap praktik mencuci tangan.

Pendidikan kesehatan merupakan langkah tepat untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada masyarakat. Pendidikan kesehatan yang diberikan dengan

metode dan media yang tepat merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi seseorang untuk tertarik dan mau melakukan anjuran yang diberikan. Petugas kesehatan sebagai orang yang berperan dalam memberikan informasi juga sangat mempengaruhi keberhasilan program ini. Petugas kesehatan menyampaikan informasi tentang cara mencuci tangan dengan sabun yang benar serta menggunakan media yang tepat dapat memberikan motivasi kepada anak-anak sehingga tertarik dan bersedia mempraktikkan cara mencuci tangan dengan benar (Notoatmodjo, 2007).

Pada usia taman kanak-kanak (TK), anak-anak menikmati proses belajar yang menyenangkan dan tidak membosankan. Anak-anak menjalani proses belajar sambil bermain sehingga membuat mereka sangat antusias, berani untuk bertanya, dan tanpa disadari telah mempelajari banyak hal (Rachmawati dan Kurniati, 2010).

Pemberian pendidikan kesehatan merupakan salah satu proses belajar yang sangat penting bagi kehidupan mereka. Proses ini

berorientasi pada peningkatan derajat kesehatan yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Pendidikan kesehatan diberikan dengan penuh kasih sayang, menerapkan pola disiplin, dan keteladanan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, salah satunya adalah kebiasaan mencuci tangan. Hal ini sesuai dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Apriany (2012) bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada perilaku cuci tangan setelah diberikan pendidikan kesehatan pada anak usia 4-5 tahun. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan berpengaruh dalam menciptakan kreativitas anak untuk berperilaku hidup bersih dan sehat melalui kegiatan yang membuat anak tertarik, senang, dan terfokus terhadap materi yang diajarkan (Siswanto, 2010).

Penggunaan media pembelajaran yang tepat adalah salah satu prinsip dalam pemberian pendidikan kesehatan pada anak usia TK. Media merupakan alat yang dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan siswa dalam proses belajar sehingga dapat

memahami materi yang disampaikan (Daryanto, 2012). Seperti pada penelitian yang pernah dilakukan oleh Rachmawati (2013) tentang penggunaan media panggung boneka dalam pendidikan *personal hygiene* cuci tangan menggunakan sabun di air mengalir pada siswa sekolah dasar (SD), diperoleh hasil bahwa ada perbedaan pengetahuan dan ketrampilan sebelum dan sesudah menggunakan media panggung boneka namun dinilai kurang efektif. Hal ini disebabkan karena karakteristik siswa yang berbeda antara dua kelompok perlakuan serta tampilan panggung boneka yang masih tradisional sehingga kurang menarik bagi siswa. Maka dari itu diperlukan media yang tepat dan menarik bagi siswa sehingga pesan pendidikan kesehatan yang disampaikan dapat terserap dengan maksimal.

Lagu atau bernyanyi merupakan media yang sangat terjangkau karena dapat dilakukan tanpa menggunakan alat khusus, serta dapat digunakan kapan dan dimana saja. Bernyanyi dapat mengaktifkan kedua bagian otak

manusia secara bersamaan. Otak bagian kanan menentukan kecerdasan emosi, kreativitas, dan cita rasa estetis, sedangkan otak bagian kiri membantu manusia untuk berpikir, berhitung, menganalisa, dan merinci sesuatu. Selain itu lagu dapat mengasah daya ingat seseorang, menciptakan suasana yang menyenangkan, menghilangkan ketegangan, dan membuat pikiran selalu siap untuk mampu berkonsentrasi (Wangsa, 2013).

Siswa TK lebih mudah menyerap materi mencuci tangan yang disampaikan melalui syair lagu. Mereka lebih berkonsentrasi untuk menikmati lagu, meningkatkan kepekaan terhadap isi lagu, mendengarkan, dan secara tidak sadar menghafalkan syair yang disampaikan secara berulang-ulang. Pada penelitian ini, penulis memberikan pendidikan kesehatan sebanyak tiga kali dalam rentang waktu 14 hari. Rangsangan yang diberikan secara bertahap dan berulang dengan lagu membuat mereka senang, meningkatkan daya tarik terhadap materi yang diajarkan,

dan menjadi jembatan dalam mengingat syair lagu tersebut.

Menurut AT. Mahmud musik adalah aktivitas kreatif. Seorang anak yang kreatif akan tampak dari rasa ingin tahu, melalui proses imajinasi, kemudian bersikap ingin mencoba dan mengembangkan apa yang disajikan dalam lagu tersebut. Siswa TK berusaha mengekspresikan isi lagu melalui tindakan mencuci tangan dengan benar seperti yang dicontohkan. Siswa merasa proses belajar ini sebagai hiburan yang menarik untuk dinikmati dan ditirukan tanpa sengaja. Oleh karena itu, lagu menjadi media yang dapat memberdayakan dan mencerdaskan anak. Lagu memiliki pengaruh yang besar terhadap perkembangan anak, sehingga anak berusaha menerapkan materi dalam lagu dan menjadi kebiasaan untuk rajin mencuci tangan (Rachmawati dan Kurniati, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka seorang guru dapat menggunakan media lagu untuk menyampaikan informasi kesehatan kepada anak-anak. Guru dapat memodifikasi syair lagu dengan menggunakan irama yang mudah

dihafalkan dan diingat sehingga anak dapat lebih mudah menerapkannya. Guru dapat menggunakan lebih dari satu media pembelajaran untuk melayani keberagaman karakter dan tipe belajar siswa. Hal ini dapat meningkatkan minat siswa untuk melakukan praktik mencuci tangan karena mereka dapat menyerap materi dengan cara yang sesuai dengan tipe belajar mereka.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penjelasan di atas, maka diperoleh simpulan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan dengan media lagu terhadap praktik mencuci tangan.

Beberapa saran dari penelitian ini adalah tiap sekolah diharapkan dapat menyediakan dan meningkatkan fasilitas kebersihan bagi siswa seperti air bersih, tempat cuci tangan, sabun untuk mendukung kebiasaan pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Selain itu guru seorang guru dapat menggunakan berbagai inovasi media pembelajaran untuk menyampaikan informasi kepada anak-anak TK terutama yang berhubungan dengan kesehatan agar dapat Kemudian bagi para siswa pada khususnya dan masyarakat pada umumnya diharapkan menyadari pentingnya mencuci tangan dan melakukannya sebagai suatu kebiasaan yang harus selalu diterapkan untuk menjaga kebersihan diri.

REFERENSI

Anitah, S. 2008. *Media Pembelajaran*. Surakarta: UNS Press

- Apriany, D. 2012. Perbedaan Perilaku Mencuci Tangan Sebelum dan Sesudah Diberikan Pendidikan Kesehatan pada Anak Usia 4-5 Tahun. *Jurnal Keperawatan Soedirman (The Soedirman Journal of Nursing)*. Vol.7. no. 2
- Dahlan M.S., 2011. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan : Deskriptif, Bivariat, dan Multivariat Dilengkapi Aplikasi dengan Menggunakan SPSS*. Jakarta : Salemba Medika
- Daryanto. 2012. *Media Pembelajaran*. Bandung: PT. Sarana Tutorial Nurani Sejahtera
- Depkes RI. 2008. *Pelatihan Klinik Asuhan Persalinan Normal: Asuhan Esensial, Pencegahan dan Penanggulangan Segera Komplikasi Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta: Bakti Husada
- _____, 2013. *HCTPS 2013: Tanganku Bersih Hidupku Sehat*. www.depkes.go.id. Diakses pada tanggal 20 Desember 2013 pukul 05.30 WIB
- Fajar I., et al, 2009. *Statistika untuk Praktisi Kesehatan*. Yogyakarta : Graha Ilmu pp : 27-8, 127
- Machfoedz, I dan Suryani, E. 2008. *Pendidikan Kesehatan Bagian dari Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Notoatmodjo, 2007. *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta
- Prawira, A.E. 2013. *Sejak Dini, Sebaiknya Anak Sudah Diajari Cuci Tangan Pakai Sabun*. www.liputan6.com. Diakses pada tanggal 20 Desember 2013 pukul 05.40 WIB
- Rachmawati, R.D. 2013. Penggunaan Media Panggung Boneka dalam Pendidikan Personal Hygiene Cuci Tangan Menggunakan Sabun di Air Mengalir. *Jurnal Promosi Kesehatan*. Vol 1. No.1. Halaman 1-9
- Rachmawati, Y dan Kurniati, E. 2010. *Strategi Pengembangan Kreativitas pada Anak Usia Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Siswanto, H. 2010. *Pendidikan Kesehatan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Taufiqurrahman M.A., 2008. *Pengantar Metodologi Penelitian untuk Ilmu Kesehatan*. Surakarta : LPP UNS dan UNS Press
- Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009. www.jkn.kemkes.go.id. Diakses pada tanggal 24 Desember 2013 pukul 05.40 WIB
- Wangsa, T.H.W. 2013. *Mukjizat Musik: Terapi Jitu Kecerdasan Anak Melalui Musik*. Yogyakarta: Lintang Aksara
- Yus, A. 2011. *Penilaian Perkembangan Belajar Anak Taman Kanak-Kanak*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group