

Edukasi Personal Hygiene Pada Anak Usia Taman Kanak-Kanak 'Aisyiyah 26 Palembang

Widya Arisandy^{1*}, Meita Hipson², Sri Handayani³, Anggun Sri Melani⁴, Wulan Fitra Saskiya
Tunnisa⁵

^{1,4,5}D3 Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Aisyiyah Palembang,

^{2,3}D3 Kebidanan, Fakultas Keperawatan, Universitas Aisyiyah Palembang

Jl. Kol.H.Burlian, M.Husin KM. 7.5 No. 907, Kec. Alang-alang Lebar, Palembang 30152, Sumatera Selatan,
Indonesia

*Email Korespondensi: widyaarisandy@unisa-palembang.ac.id

Abstract

Personal hygiene is one of the important aspects in forming clean and healthy living behaviours that need to be instilled from an early age. Children of kindergarten age are in an early developmental phase that is crucial for forming health habits in the future. However, the limitations in understanding, concentration, and the child's ability to practice personal hygiene often become obstacles in its independent application. This community service activity aims to enhance knowledge and skills in personal hygiene among kindergarten-aged children through education and direct practice. The activity was conducted at TK Aisyiyah 26 Palembang with a total of 25 participants, consisting of 15 male students and 10 female students. The methods used included educational outreach, demonstrations of proper handwashing practices, and direct supervision involving two lecturers and two students. The results showed that all the children were able to answer questions after being educated on the importance of personal hygiene, and were able to practice personal cleanliness correctly, such as cutting nails, washing hands, and brushing teeth. Suggestion that this activity is expected to become the foundation for instilling clean and healthy living habits in the school and home environment for children regularly and consistently.

Keywords: *early childhood, education, kindergarten, personal hygiene*

Abstrak

Personal hygiene merupakan salah satu aspek penting dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat yang perlu ditanamkan sejak usia dini. Anak usia taman kanak-kanak berada pada fase perkembangan awal yang sangat menentukan terbentuknya kebiasaan kesehatan di masa mendatang. Namun, keterbatasan pemahaman, konsentrasi, serta kemampuan anak dalam mempraktikkan personal hygiene sering menjadi kendala dalam penerapannya secara mandiri. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan personal hygiene pada anak usia taman kanak-kanak melalui edukasi dan praktik langsung. Kegiatan dilaksanakan di TK Aisyiyah 26 Palembang dengan jumlah peserta sebanyak 25 anak, terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 10 siswi perempuan. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan edukatif, demonstrasi praktik mencuci tangan yang benar, serta pendampingan langsung yang melibatkan dua dosen dan dua mahasiswa. Hasil didapatkan bahwa anak-anak semua mampu menjawab pertanyaan setelah dilakukan edukasi pentingnya personal hygiene, dan mampu mempraktikkan kebersihan diri secara benar seperti memotong kuku, cuci tangan dan gosok gigi. Saran dimana kegiatan ini diharapkan dapat menjadi dasar pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan di rumah terhadap anak-anak secara rutin dan konsisten.

Kata Kunci: *anak usia dini, edukasi, personal hygiene, taman kanak-kanak*

PENDAHULUAN

Personal hygiene merupakan bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat yang memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan individu, terutama pada anak usia dini.¹ Pada usia taman kanak-kanak, anak berada pada tahap perkembangan yang sangat strategis dalam pembentukan kebiasaan, sikap, dan perilaku kesehatan.² Kebiasaan menjaga kebersihan diri yang ditanamkan sejak dini akan berpengaruh terhadap kualitas kesehatan anak pada tahap perkembangan selanjutnya.³

Personal hygiene merupakan komponen fundamental dalam penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang berperan penting dalam pencegahan penyakit serta peningkatan derajat kesehatan, khususnya pada anak usia dini.⁴ Anak usia taman kanak-kanak berada pada fase perkembangan kritis dalam pembentukan kebiasaan, sikap, dan perilaku kesehatan yang bersifat menetap hingga usia dewasa. Pembiasaan personal hygiene sejak usia dini terbukti efektif dalam menurunkan angka kejadian penyakit infeksi dan meningkatkan kualitas hidup anak secara berkelanjutan.⁵

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa praktik personal hygiene pada anak usia dini masih belum optimal, terutama pada aspek mencuci tangan pakai sabun, menjaga kebersihan gigi dan mulut, serta kebersihan kuku dan tubuh.⁶ Rendahnya penerapan personal hygiene pada anak berkontribusi terhadap meningkatnya risiko penyakit berbasis lingkungan, seperti diare, infeksi saluran pernapasan akut, penyakit kulit, dan kecacingan, yang dapat menghambat proses tumbuh kembang anak.⁷

Hasil analisis situasi pada mitra pengabdian, yaitu Taman Kanak-Kanak Aisyiyah 26 Palembang, menunjukkan bahwa sebagian besar anak belum mampu menerapkan personal hygiene secara mandiri dan benar sesuai standar kesehatan. Anak masih memerlukan bimbingan intensif dari guru dalam melakukan aktivitas kebersihan diri sehari-hari. Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa anak usia dini membutuhkan metode pembelajaran kesehatan yang bersifat konkret, berulang, dan berbasis praktik langsung agar terbentuk perilaku kesehatan yang berkelanjutan.⁸

Keterbatasan media edukasi kesehatan yang menarik dan sesuai dengan karakteristik perkembangan anak usia dini menjadi salah satu faktor penghambat optimalisasi pembelajaran personal hygiene di lingkungan sekolah.⁹ Peran guru dan orang tua sebagai agen utama pembentuk perilaku kesehatan anak juga belum sepenuhnya terintegrasi dalam program edukasi kesehatan yang terstruktur dan berkelanjutan.^{10,11}

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan suatu intervensi edukatif yang sistematis, aplikatif, dan berorientasi pada pembiasaan perilaku melalui pendekatan yang menyenangkan dan sesuai dengan dunia anak. Edukasi personal hygiene berbasis praktik dan partisipatif dinilai efektif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan anak usia dini, serta memperkuat kolaborasi antara sekolah dan keluarga dalam mendukung penerapan PHBS.¹²

Namun demikian, pada praktiknya masih ditemukan berbagai permasalahan terkait penerapan personal hygiene pada anak usia taman kanak-kanak. Anak sering kali belum memahami pentingnya mencuci tangan, menjaga kebersihan tubuh, serta belum mampu melakukannya secara mandiri dan konsisten. Selain itu, keterbatasan rentang konsentrasi anak dan kurangnya metode edukasi yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini menjadi tantangan tersendiri dalam proses pembelajaran personal hygiene. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan upaya edukasi yang bersifat aplikatif, menarik, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk kontribusi perguruan tinggi dalam meningkatkan derajat kesehatan anak usia dini melalui edukasi personal hygiene di TK Aisyiyah 26 Palembang. Selama menjalani kegiatan pengabdian, anak-anak antusias dan merasa senang dan mampu memberikan hasil yang

positif saat diberi pertanyaan. Sebagian besar anak-anak antusias dan kooperatif dalam mengikuti kegiatan ini. Setelah selesai pengabdian ini diharapkan anak-anak dapat menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Adapun tahapan kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa langkah sebagai berikut:

1. Tahap Persiapan

Kegiatan diawali dengan koordinasi bersama pihak Sekolah TK ‘Aisyiyah 26 Palembang bersama pihak guru dan siswa untuk menjelaskan maksud dan tujuan kegiatan. Selanjutnya dilakukan survei awal untuk mengetahui kondisi, kebutuhan peserta, serta ketersediaan alat ukur kesehatan di lapangan. Tim juga mempersiapkan media edukasi berupa leaflet dan video pendek yang mudah dipahami.

2. Penyuluhan dan edukasi sesi ini menggunakan metode edukatif partisipatif, di mana peserta tidak hanya mendengarkan penyampaian materi, tetapi juga diajak untuk berdiskusi secara interaktif mengenai pengetahuan tentang personal hygiene, dengan langsung dipraktikkan secara gerakan motorik yang mudah dipahami siswa untuk memahami materi seperti pengertian personal hygiene, bagaimana cara memotong kuku, mencuci tangan dan menggosok gigi secara baik dan benar. Berikut ditampilkan beberapa slide materi edukasi yang disampaikan kepada peserta selama kegiatan pengabdian masyarakat (Gambar 1 dan 2).



Gambar 1 & 2. Leaflet Edukasi PHBS

3. Penerapan praktis dan simulasi
Dalam sesi ini, peserta diberikan praktik secara langsung mengenai cara potong kuku, mencuci tangan dan menggosok gigi secara baik dan benar di bawah pengawasan tim pelaksana, untuk memastikan bahwa setiap anak benar-benar memahami cara penggunaan alat secara tepat.
4. Evaluasi dan monitoring
Untuk mengetahui efektivitas dan dampak dari kegiatan, program dievaluasi melalui penilaian secara subjektif dan objektif dan wawancara kepada anak. Hasilnya menunjukkan peningkatan pengetahuan dan pemahaman anak dalam melakukan personal hygiene.
5. Tindak lanjut dan dokumentasi
Sebagai bentuk keberlanjutan program, tim pelaksana memberikan pendampingan lanjutan kepada pihak sekolah melalui guru dan orang tua siswa yang ingin terus melakukan pemantauan rutin di rumah.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di TK 'Aisyiyah 26 Palembang dengan sasaran anak usia taman kanak-kanak. Jumlah peserta kegiatan sebanyak 25 anak yang terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 10 siswi perempuan. Pelaksanaan kegiatan melibatkan 1 ketua, dua orang dosen sebagai fasilitator utama dan dua orang mahasiswa sebagai pendamping kegiatan. Metode pelaksanaan kegiatan meliputi beberapa tahapan, yaitu:

1. Tahap persiapan, yang meliputi koordinasi dengan pihak sekolah, penyusunan materi edukasi personal hygiene, serta penyiapan media pembelajaran.
2. Tahap pelaksanaan, berupa pemberian edukasi personal hygiene melalui penjelasan sederhana, penggunaan media gambar, serta demonstrasi praktik mencuci rambut, memotong kuku, mencuci tangan dan gosok gigi yang benar.
3. Tahap pendampingan, yaitu mahasiswa mendampingi anak secara langsung dalam mempraktikkan personal hygiene dengan bimbingan dosen.
4. Tahap evaluasi, dilakukan melalui observasi terhadap partisipasi dan kemampuan anak dalam mempraktikkan personal hygiene.

Kegiatan pengabdian ini antara lain penyuluhan interaktif dan demonstrasi praktik personal hygiene (dengan melakukan cuci tangan 6–7 langkah, menggosok gigi yang benar, serta perawatan kuku dan tubuh) dengan pendekatan yang sesuai karakteristik perkembangan anak usia dini. Kemudian penggunaan alat peraga pendidikan dan media permainan edukatif untuk meningkatkan minat belajar anak terhadap perilaku kebersihan. Serta pelibatan guru dan orang tua sebagai pendukung utama pendidikan personal hygiene agar kebiasaan tersebut terus dilanjutkan di lingkungan rumah dan sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemaparan personal hygiene yang meliputi langkah mencuci rambut, mencuci tangan, menggosok gigi dan memotong kuku diawali dengan perkenalan, tim pelaksana memperkenalkan diri kepada anak-anak TK Aisyiyah 26 Palembang, kemudian memaparkan materi mengenai mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir serta langkah-langkah mencuci tangan dengan benar. Selanjutnya pemaparan arti pentingnya

menggosok gigi dan langkah-langkah menggosok gigi dengan benar. Selanjutnya memaparkan pentingnya personal hygiene cuci rambut, mandi secara benar dan bersih.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Variabel	Kategori	Frekuensi	Persentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	15	60
	Perempuan	10	40
	Total	25	100

Berdasarkan data yang didapatkan bahwa didapatkan hasil jenis kelamin siswa laki-laki lebih banyak 15 orang (60%), dan kelamin perempuan 10 orang (40%).



Gambar 3. Pemaparan Pemberian Materi

Kemudian tim pelaksana membagikan hygiene personal kit kepada murid untuk digunakan praktik. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan dengan baik dan mendapat respon positif dari anak-anak maupun pihak sekolah. Anak-anak menunjukkan antusiasme yang tinggi selama kegiatan berlangsung, terutama pada saat demonstrasi praktik mencuci tangan dan gosok gigi. Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar anak mampu mengikuti arahan dan mempraktikkan langkah-langkah mencuci tangan dengan benar dan gosok gigi dengan baik. Peran dosen dalam memberikan materi edukasi secara komunikatif dan peran mahasiswa sebagai pendamping sangat membantu anak dalam memahami dan mempraktikkan personal hygiene. Meskipun terdapat kendala berupa keterbatasan konsentrasi anak dan waktu pelaksanaan yang singkat, pendekatan interaktif dan pendampingan langsung mampu mengatasi kendala tersebut.



Gambar 4. Pembagian Hygiene Kit dan Praktek Gosok Gigi

Hasil kegiatan ini sejalan dengan tujuan pengabdian kepada masyarakat, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak dalam menjaga kebersihan diri serta membentuk kebiasaan hidup bersih dan sehat. Adapun hasil yang didapatkan adalah:

1. Peningkatan Pengetahuan (*Knowledge*) Anak
 - a. Paham waktu penting cuci tangan: anak-anak menjadi tahu kapan saja mereka harus mencuci tangan, seperti sebelum dan sesudah makan, setelah bermain, serta setelah dari toilet.
 - b. Memahami pentingnya sikat gigi: anak-anak mengerti bahwa menyikat gigi dua kali sehari (pagi setelah sarapan dan malam sebelum tidur) penting untuk mencegah gigi berlubang.
 - c. Mengenalkan kuman: melalui metode dongeng atau video interaktif, anak-anak mulai memahami konsep kuman sebagai penyebab penyakit jika mereka tidak menjaga kebersihan.
2. Perubahan perilaku dan keterampilan motorik (*skill*)
 - a. Menguasai 6 langkah cuci tangan: anak-anak mampu mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar menggunakan sabun dan air mengalir sesuai standar WHO (tidak hanya membasahi tangan, tapi juga membersihkan sela-sela jari, punggung tangan, dan kuku).
 - b. Teknik menyikat gigi yang benar: Anak-anak bisa mempraktikkan gerakan menyikat gigi yang tepat (gerakan memutar dan searah dari gusi ke gigi), bukan hanya sekadar menggosok maju-mundur secara asal.
3. Output kegiatan (fasilitas & media belajar)
 - a. Pemasangan poster edukasi: tersedianya media visual seperti poster urutan cuci tangan dan sikat gigi di area wastafel atau kelas sebagai pengingat harian bagi anak-anak.
 - b. Pembagian *hygiene kit*: anak-anak mendapatkan *reward* berupa sikat gigi, pasta gigi anak, sabun cuci tangan mini untuk dibawa pulang agar kebiasaan ini berlanjut di rumah.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi personal hygiene pada anak usia taman kanak-kanak Aisyiyah 26 Palembang telah terlaksana dengan baik. Edukasi yang disertai praktik langsung terbukti efektif meningkatkan pemahaman dan keterampilan anak dalam menerapkan personal hygiene. Kegiatan ini diharapkan dapat menjadi program pembiasaan berkelanjutan di lingkungan sekolah dan juga dirumah secara mandiri dan konsisten, agar derajat kesehatan anak menjadi lebih baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada pihak TK Aisyiyah 26 Palembang bersama anak-anak atas kerja sama dan dukungan yang diberikan. Serta dukungan dari Majelis Diktilitbang Pimpinan Pusat 'Aisyiyah dan Universitas Aisyiyah Palembang atas motivasi dan dukungannya dalam menunjang mendanai kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sehingga dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dewi, R. S. & Sulistyorini, F. *Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini*. (Pustaka Ilmu, 2021).

2. Dewi, R. D., Firmanda, G. I. & Pratiwi, W. N. Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini sebagai upaya meningkatkan kesehatan lingkungan dan diri. *J. Pengabd. Masy. Mentari* 1, 45–52 (2024).
3. Dewi, E. I., Lontoh, S. O. & Tang Tiku, V. J. Membangun generasi sehat melalui edukasi kebersihan diri pada anak usia dini. *J. Serina Abdimas* 3, 101–110 (2025).
4. World Health Organization. *Improving early childhood health and hygiene practices*. (WHO Press, 2020).
5. Lestari, P. & Handayani, S. Pembiasaan perilaku kesehatan pada anak usia dini melalui pendekatan partisipatif. *J. Obsesi* 5, 1234–1242 (2021).
6. Sari, D. P., Wahyuni, S. & Lestari, R. Hubungan personal hygiene dengan kejadian penyakit infeksi pada anak usia prasekolah. *J. Kesehat. Masy.* 18, 210–218 (2022).
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Pedoman perilaku hidup bersih dan sehat di satuan pendidikan*. (Kementerian Kesehatan RI, 2021).
8. Fitriani, N. & Hidayat, A. Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini sebagai upaya pencegahan penyakit infeksi. *J. Pendidik. Anak Usia Dini* 17, 145–154 (2023).
9. Putri, A. R. & Nugroho, W. Media pembelajaran kesehatan untuk anak usia dini. *J. Pendidik. Anak* 10, 98–106 (2021).
10. Hastuti, D., Alfiasari & Chandriyani. Peran keluarga dalam pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat anak. *J. Ilmu Kel. Dan Konsumen* 13, 25–35 (2020).
11. Nurhayati, S. & Dewi, R. Kolaborasi sekolah dan keluarga dalam pendidikan kesehatan anak usia dini. *J. Pendidik. Usia Dini* 16, 55–64 (2022).
12. Arifin, M., Susanti, D. & Ramadhan, A. Edukasi personal hygiene berbasis praktik pada anak usia dini. *J. Pengabd. Kesehat. Masy.* 4, 85–94 (2023).