

Penyuluhan Edukasi Kesehatan Cara Mencegah Diare Dengan Makan Bersih Dan Cuci Tangan Di Sekolah Dasar Swasta Gereja Kristen Protestan Simalungun (GKPS) Pematangsiantar Tahun 2026

¹⁾ Silmi Hayati *, ²⁾ Lirrawati Purba, ³⁾ David

^{1,2,3.} Prodi S1 Farmasi, Universitas Efarina, Pematangsiantar, Indonesia

Email Corresponding: Silmihayati.apt@gmail.com *

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Pencegahan Diare, Pendidikan Kesehatan, Cuci Tangan, Pola Makan Bersih, Siswa Sekolah Dasar,	Latar Belakang: Diare masih menjadi salah satu penyebab utama morbiditas pada anak usia sekolah dan sangat berkaitan dengan kebersihan diri yang buruk serta konsumsi makanan yang tidak higienis. Pendidikan kesehatan yang mendorong kebiasaan makan bersih dan praktik mencuci tangan yang benar dianggap sebagai strategi pencegahan yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup sehat anak. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pencegahan diare melalui praktik makan bersih dan mencuci tangan pada siswa SD Swasta GKPS, Pematangsiantar, pada tahun 2026. Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain pra-eksperimental menggunakan pendekatan *one-group pretest-posttest* telah dilakukan. Penelitian ini melibatkan 50 siswa sekolah dasar yang dipilih menggunakan teknik *total sampling*. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan terstruktur yang diberikan sebelum dan sesudah intervensi pendidikan kesehatan. Intervensi tersebut meliputi ceramah, penggunaan poster dan leaflet, serta demonstrasi teknik mencuci tangan yang benar. Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan uji *Paired Sample t-test* dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil: Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari $61,40 \pm 10,82$ sebelum intervensi menjadi $86,20 \pm 8,15$ setelah intervensi. Analisis statistik menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada pengetahuan siswa setelah mengikuti program pendidikan kesehatan ($p < 0,001$). Temuan ini mengindikasikan bahwa pendidikan kesehatan secara efektif meningkatkan pemahaman siswa mengenai pencegahan diare, khususnya terkait kebiasaan makan bersih dan praktik mencuci tangan yang benar. Kesimpulan: Pendidikan kesehatan secara signifikan meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai pencegahan diare. Integrasi program pendidikan kesehatan secara berkala ke dalam kegiatan kesehatan sekolah disarankan untuk mendorong perilaku hidup bersih dan sehat yang berkelanjutan di kalangan anak usia sekolah..
	ABSTRACT

Keywords:

Diarrhea Prevention,
Health Education,
Handwashing,
Clean Eating
Elementary School Students,

Background: Diarrhea remains one of the leading causes of morbidity among school-age children and is closely associated with poor personal hygiene and unsafe food consumption. Health education promoting clean eating habits and proper handwashing is considered an effective preventive strategy to improve children's knowledge and healthy behaviors. Objective: This study aimed to determine the effect of health education on diarrhea prevention through clean eating practices and handwashing among students at GKPS Private Elementary School, Pematangsiantar, in 2026. Methods: A quantitative study with a pre-experimental design using a one-group pretest–posttest approach was conducted. The study involved 50 elementary school students selected using total sampling. Data were collected using a structured knowledge questionnaire administered before and after the health education intervention. The intervention consisted of lectures, posters, leaflets, and demonstrations of proper handwashing techniques. Data were analyzed using descriptive statistics and the Paired Sample t-test with a significance level of 0.05. Results: The mean knowledge score increased from 61.40 ± 10.82 before the intervention to 86.20 ± 8.15 after the intervention. Statistical analysis revealed a significant improvement in students' knowledge following the health education program ($p < 0.001$). The findings indicate that health education effectively enhanced students' understanding of diarrhea prevention, particularly regarding clean eating habits and proper handwashing practices. Conclusion: Health education significantly improved elementary school students' knowledge of diarrhea prevention. Integrating regular health education programs into school health activities is recommended to promote sustainable clean and healthy living behaviors among school children..

This is an open access article under the [CC-BY-SA](#) license.



I. PENDAHULUAN

Diare merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang masih menjadi penyebab utama kesakitan dan kematian, terutama pada anak-anak. Menurut World Health Organization (WHO), diare masih menjadi salah satu penyebab utama kematian pada anak usia di bawah lima tahun di seluruh dunia. Penyakit ini tidak hanya menyebabkan dehidrasi, tetapi juga berdampak pada gangguan pertumbuhan, penurunan daya tahan tubuh, serta masalah gizi pada anak [1]. Sebagian besar kasus diare disebabkan oleh kurangnya akses terhadap air bersih, sanitasi yang buruk, serta rendahnya perilaku hidup bersih dan sehat. WHO menyebutkan bahwa sekitar 88% kasus diare berkaitan dengan air yang tidak aman, sanitasi yang buruk, dan higiene yang tidak memadai [1]. Hal ini menunjukkan bahwa faktor lingkungan dan perilaku memiliki peran yang sangat besar dalam terjadinya penyakit diare.

Salah satu upaya pencegahan yang paling efektif dan sederhana adalah dengan menerapkan perilaku makan bersih dan mencuci tangan menggunakan sabun. WHO menegaskan bahwa kebiasaan mencuci tangan yang benar dapat menurunkan kejadian diare hingga sekitar 30–40%, tergantung pada kondisi lingkungan dan kualitas penerapan higiene [1]. Selain itu, intervensi seperti penggunaan air bersih, pengolahan makanan yang higienis, penyediaan sanitasi yang layak, serta edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat terbukti mampu menurunkan risiko terjadinya diare secara signifikan [2].

Namun, pada kenyataannya masih banyak masyarakat yang belum menerapkan kebiasaan mencuci tangan sebelum makan maupun setelah buang air besar. Kurangnya pengetahuan, kebiasaan yang belum terbentuk, serta keterbatasan fasilitas menjadi faktor penyebab rendahnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat. Kondisi tersebut meningkatkan risiko penularan mikroorganisme penyebab diare melalui makanan maupun tangan yang terkontaminasi [3].

Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya makan bersih dan mencuci tangan sebagai langkah sederhana namun efektif dalam mencegah diare. Melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan secara konsisten, diharapkan angka kejadian diare dapat menurun, status kesehatan masyarakat meningkat, serta kualitas hidup, khususnya pada anak-anak, menjadi lebih baik [1].

II. MASALAH

Berdasarkan uraian di atas, maka permasalahan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat pengetahuan siswa SD Swasta GKPS Pematangsiantar mengenai pencegahan diare melalui perilaku makan bersih dan cuci tangan sebelum diberikan penyuluhan edukasi kesehatan?
2. Bagaimana tingkat pengetahuan siswa SD Swasta GKPS Pematangsiantar mengenai pencegahan diare melalui perilaku makan bersih dan cuci tangan setelah diberikan penyuluhan edukasi kesehatan?
3. Apakah terdapat pengaruh penyuluhan edukasi kesehatan mengenai pencegahan diare melalui perilaku makan bersih dan cuci tangan terhadap peningkatan pengetahuan siswa SD Swasta GKPS Pematangsiantar

III. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain pre-experimental melalui pendekatan One Group Pretest–Posttest Design. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan edukasi kesehatan mengenai pencegahan diare melalui perilaku makan bersih dan cuci tangan terhadap tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

Penelitian dilaksanakan pada Jumat, 8 April 2026 di SD Swasta GKPS Pematangsiantar. Sasaran kegiatan adalah seluruh siswa kelas V dan VI yang mengikuti kegiatan penyuluhan. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga seluruh siswa yang hadir pada saat pelaksanaan kegiatan dijadikan sebagai responden penelitian.

Instrumen penelitian berupa kuesioner pengetahuan mengenai pencegahan diare yang diberikan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) pelaksanaan penyuluhan. Kuesioner digunakan untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan siswa setelah memperoleh edukasi kesehatan.

Intervensi dilakukan melalui beberapa metode pembelajaran, yaitu ceramah mengenai pengertian, penyebab, gejala, dan pencegahan diare; demonstrasi praktik mencuci tangan menggunakan sabun sesuai enam langkah yang dianjurkan oleh World Health Organization (WHO) serta cara memilih makanan yang bersih dan aman dikonsumsi; diskusi dan tanya jawab untuk meningkatkan partisipasi siswa; pembagian leaflet sebagai media informasi yang dapat dipelajari kembali di rumah; serta pemanfaatan media edukasi audio visual berupa video pembelajaran mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu, digunakan media pendukung berupa poster edukasi, leaflet, dan LCD/laptop sebagai sarana penyampaian materi.

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan pemberian pretest, dilanjutkan dengan penyampaian materi menggunakan metode ceramah dan media audio visual, demonstrasi praktik mencuci tangan, sesi tanya jawab, serta pembagian leaflet. Setelah seluruh rangkaian penyuluhan selesai, responden diberikan posttest menggunakan kuesioner yang sama untuk mengetahui peningkatan pengetahuan setelah intervensi.

Data dianalisis menggunakan Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi tingkat pengetahuan dalam bentuk frekuensi, persentase, nilai rata-rata, dan standar deviasi. Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan Shapiro–Wilk. Apabila data berdistribusi normal, analisis bivariat dilakukan menggunakan Paired Sample t-test, sedangkan apabila data tidak berdistribusi normal digunakan Wilcoxon Signed Rank Test. Tingkat signifikansi ditetapkan pada $\alpha = 0,05$, sehingga nilai $p < 0,05$ menunjukkan bahwa penyuluhan edukasi kesehatan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan siswa mengenai pencegahan diare melalui perilaku makan bersih dan cuci tangan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PKM) mengenai penyuluhan edukasi kesehatan cara mencegah diare dengan makan bersih dan cuci tangan telah dilaksanakan di SD Swasta GKPS Pematangsiantar pada tanggal 8 April 2026. Kegiatan ini diikuti oleh 50 siswa kelas V dan VI serta didukung oleh Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah, guru, dan tim pelaksana PKM. Seluruh peserta mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari pretest, penyampaian materi, demonstrasi, sesi tanya jawab, hingga posttest.



Gambar 1. Foto Bersama Kepala Sekolah dan Wakil Kepala Sekolah

Kegiatan diawali dengan pembukaan oleh Kepala Sekolah yang menyampaikan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekolah sebagai upaya pencegahan penyakit diare. Selanjutnya dilakukan foto bersama sebagai bentuk kerja sama antara pihak sekolah dan tim pengabdian dalam mendukung program peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa.



Gambar 2. Pemaparan Materi Penyuluhan

Pada sesi penyuluhan, tim pengabdian memberikan materi mengenai pengertian diare, penyebab, cara penularan, dampak diare, pentingnya mengonsumsi makanan yang bersih, serta praktik mencuci tangan menggunakan sabun sesuai enam langkah yang dianjurkan oleh World Health Organization (WHO). Penyampaian materi menggunakan metode ceramah yang didukung media audio visual, poster, dan leaflet sehingga peserta lebih mudah memahami materi yang disampaikan. Sebanyak 50 siswa Sekolah Dasar Swasta GKPS Pematangsiantar mengikuti kegiatan penyuluhan edukasi kesehatan mengenai pencegahan diare melalui perilaku makan bersih dan mencuci tangan. Seluruh responden mengikuti rangkaian kegiatan mulai dari pretest, penyuluhan, demonstrasi, hingga posttest.

Table 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	24	48,0
Perempuan	26	52,0
Usia		
9 tahun	12	24,0
10 tahun	18	36,0
11 tahun	14	28,0
12 tahun	6	12,0

Mayoritas peserta berusia 10 tahun (36,0%) dan berjenis kelamin perempuan (52,0%). Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok yang mudah menerima informasi kesehatan melalui metode pembelajaran interaktif sehingga pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan mengenai pencegahan penyakit.



Gambar 3. Foto Seluruh Peserta Penyuluhan

Selama kegiatan berlangsung, peserta menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti penyuluhan, demonstrasi mencuci tangan, serta sesi diskusi. Keaktifan siswa terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait kebiasaan menjaga kebersihan makanan dan pentingnya mencuci tangan sebelum makan maupun setelah menggunakan toilet. Untuk mengetahui efektivitas kegiatan, dilakukan evaluasi melalui pretest dan posttest.

Tabel 2. Perbandingan Nilai Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Variabel	Mean $\pm$ SD	p-value
Pretest	61,40 $\pm$ 10,82	
Posttest	86,20 $\pm$ 8,15	
Paired t-test		<0,001

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 61,40 $\pm$ 10,82 sebelum penyuluhan menjadi 86,20 $\pm$ 8,15 setelah penyuluhan. Hasil uji Paired Sample t-test menunjukkan nilai $p < 0,001$, yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah kegiatan edukasi kesehatan.

Peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan penyuluhan menunjukkan bahwa edukasi kesehatan merupakan metode yang efektif untuk meningkatkan pemahaman mengenai pencegahan diare. Pengetahuan yang baik akan memengaruhi sikap dan perilaku individu dalam menerapkan kebiasaan hidup bersih dan sehat [4]. Penyuluhan kesehatan melalui media ceramah, leaflet, poster, demonstrasi, dan media audio visual

mampu meningkatkan pemahaman siswa karena memberikan pengalaman belajar yang lebih menarik dan mudah dipahami [3].

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa diare masih menjadi salah satu penyebab utama kematian pada anak di bawah usia lima tahun, terutama di negara berkembang. Sebagian besar kasus diare berkaitan dengan sanitasi yang buruk, air minum yang tidak aman, dan rendahnya praktik kebersihan tangan [1]. UNICEF dan WHO juga menegaskan bahwa akses terhadap air bersih, sanitasi yang layak, serta perilaku mencuci tangan menggunakan sabun merupakan intervensi utama dalam mencegah penyakit diare [5].

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian [6] yang melaporkan bahwa intervensi kebersihan tangan di sekolah efektif meningkatkan praktik mencuci tangan serta menurunkan kejadian penyakit infeksi. Penelitian [7] juga menunjukkan bahwa kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun berkontribusi terhadap penurunan risiko penyakit diare dan infeksi saluran pernapasan.

Menurut [8], peningkatan pengetahuan merupakan tahap awal terbentuknya perubahan perilaku. menjelaskan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor predisposisi seperti pengetahuan, sikap, dan keyakinan individu. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan menjadi salah satu strategi penting dalam membangun kebiasaan hidup bersih sejak usia sekolah.

Penelitian [9] menunjukkan bahwa praktik mencuci tangan menggunakan sabun dapat menurunkan kejadian diare secara bermakna. Temuan tersebut diperkuat oleh [10] yang menyatakan bahwa kombinasi intervensi sanitasi, penyediaan air bersih, dan higiene memberikan dampak signifikan dalam menurunkan angka kejadian penyakit diare. Selain itu, [11] melalui tinjauan sistematis menemukan bahwa promosi cuci tangan menggunakan sabun secara konsisten mampu mengurangi kejadian diare pada masyarakat



Gambar 4. Foto Tim Pengabdian (Anggota Kelompok)

Kegiatan diakhiri dengan dokumentasi bersama seluruh anggota tim pengabdian sebagai bentuk penyelesaian rangkaian kegiatan PKM. Selain meningkatkan pengetahuan siswa, kegiatan ini juga memperkuat kerja sama antara perguruan tinggi dan pihak sekolah dalam mendukung pelaksanaan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Diharapkan kegiatan edukasi seperti ini dapat dilaksanakan secara berkelanjutan untuk membentuk perilaku hidup bersih dan sehat sejak usia dini.

V. KESIMPULAN

Penyuluhan edukasi kesehatan mengenai pencegahan diare melalui penerapan perilaku makan bersih dan mencuci tangan terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa SD Swasta GKPS Pematangsiantar. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan skor pengetahuan yang signifikan setelah pemberian intervensi edukasi, yang ditunjukkan oleh perbedaan nilai pretest dan posttest ($p < 0,05$). Metode penyuluhan yang dikombinasikan dengan ceramah, demonstrasi, media audio visual, poster, dan leaflet mampu meningkatkan pemahaman siswa mengenai penyebab diare, cara penularan, pentingnya mengonsumsi makanan yang bersih, serta praktik mencuci tangan menggunakan sabun sesuai prosedur yang benar. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat mendorong terbentuknya perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya diare di lingkungan sekolah maupun di rumah. Oleh karena itu, program edukasi kesehatan tentang pencegahan diare perlu dilaksanakan secara

berkelanjutan melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dengan melibatkan guru, tenaga kesehatan, dan orang tua agar perilaku makan bersih dan kebiasaan mencuci tangan menjadi budaya yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan penyertaan-Nya sehingga kegiatan penelitian dan penulisan artikel ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyampaikan terima kasih kepada Kepala Sekolah, Wakil Kepala Sekolah, dewan guru, serta seluruh siswa SD Swasta Gereja Kristen Protestan Simalungun (GKPS) Pematangsiantar yang telah memberikan izin, dukungan, dan berpartisipasi aktif selama pelaksanaan penelitian.

Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh anggota tim peneliti yang telah bekerja sama dalam perencanaan, pelaksanaan penyuluhan edukasi kesehatan, pengumpulan data, hingga penyusunan artikel ilmiah ini. Penghargaan turut diberikan kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, masukan, dan dukungan, baik secara langsung maupun tidak langsung, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik.

Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan promosi kesehatan di lingkungan sekolah serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam upaya pencegahan diare melalui penerapan perilaku hidup bersih dan sehat

DAFTAR PUSTAKA

- [1] World Health Organization, *Diarrhoeal Disease*. Geneva: Geneva: World Health Organization, 2024.
- [2] World Health Organization and United Nations Children's Fund, *State Of The World's Sanitation: An Urgent Call To Transform Sanitation For Better Health, Environments, Economies And Societies*. Ganeva : World Health Organization, 2021.
- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta : Kementerian Kesehatan RI, 2023.
- [4] S. Notoatmodjo, *Promosi kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta, 2018.
- [5] United Nations Children's Fund and World Health Organization, *Progress on household drinking water, sanitation and hygiene 2000–2022: Special focus on gender*. Geneva: United Nations Children's Fund & World Health Organization, 2023.
- [6] Freeman, M. C., Stocks, M. E., Cumming, O., Jeandron, A., Higgins, J. P. T., Wolf, J., et al. (2014). Hygiene and health: Systematic review of handwashing practices worldwide and update of health effects. *Tropical Medicine & International Health*, 19(8), 906–916.
- [7] Aiello, A. E., Coulborn, R. M., Perez, V., & Larson, E. L. (2008). Effect of hand hygiene on infectious disease risk in the community setting: A meta-analysis. *American Journal of Public Health*, 98(8), 1372–1381.
- [8] Bloom, B. S. (1956). *Taxonomy of Educational Objectives: The Classification of Educational Goals*. David McKay..
- [9] Curtis, V., & Cairncross, S. (2003). Effect of washing hands with soap on diarrhoea risk in the community: A systematic review. *The Lancet Infectious Diseases*, 3(5), 275–281.
- [10] Fewtrell, L., Kaufmann, R. B., Kay, D., Enanoria, W., Haller, L., & Colford, J. M. (2005). Water, sanitation, and hygiene interventions to reduce diarrhoea in less developed countries: A systematic review and meta-analysis. *The Lancet Infectious Diseases*, 5(1), 42–52.
- [11] Ejemot-Nwadiaro, R. I., Ehiri, J. E., Arikpo, D., Meremikwu, M. M., & Critchley, J. A. (2021). Hand washing promotion for preventing diarrhoea. *Cochrane Database of Systematic Reviews*.