

**Peran Edukasi dalam Meningkatkan Kesadaran Akan Skoliosis dan Praktik
PHBS di Kalangan Anak Usia Sekolah Dasar**

**Rifka Amalia, Oktavianti, Lyna Hidayati, Aisyah Rahma Putri, Nirmala Ayu
Arifah, Sumarni, Muhammad Dwi Ramdhan, Aditya Agus Pradana, Delfia, Ika
Afifah Nugraheni***

Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

*Email korespondensi: ikaafifah@unisayogya.ac.id

ABSTRAK

Dalam rangka meningkatkan kesehatan khususnya kesehatan tulang agar terhindar dari skoliosis serta mengajarkan anak-anak sekolah dasar mengenai Perilaku Hidup Sehat (PHBS), dilakukan kegiatan edukasi. Tujuan utama dari kegiatan ini adalah untuk mengetahui bagaimana dampak atau peran edukasi dalam meningkatkan kesadaran akan skoliosis dan praktik PHBS di kalangan anak usia sekolah dasar. Edukasi dilaksanakan di ruang kelas dengan kegiatan berupa pemaparan materi skoliosis mulai dari pengertian dasar, gejala, hingga cara mencegah. Kemudian dilanjutkan dengan pemaparan materi PHBS dan praktik mencuci tangan secara langsung. Hasil menunjukkan bahwa edukasi skoliosis dan praktik PHBS melalui kombinasi pemaparan materi dan demonstrasi memiliki dampak positif berupa peningkatan pemahaman anak-anak usia sekolah dasar. Dengan meningkatnya kesadaran akan skoliosis dan praktik PHBS, diharapkan dapat terjadi penurunan kasus skoliosis dan penyebaran penyakit khususnya di kalangan anak-anak.

Kata kunci : Demonstrasi, Edukasi, phbs, skoliosis

ABSTRACT

In order to improve health, especially bone health to avoid scoliosis and teach elementary school children about Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), educational activities were carried out. The main purpose of this activity is to find out how the impact or role of education in increasing awareness of scoliosis and PHBS practices among elementary school children. Education was carried out in the classroom with activities in the form of exposure to scoliosis material ranging from basic understanding, symptoms, to how to prevent. Then followed by exposure to PHBS material and direct hand washing practice. The results showed that Scoliosis education and PHBS practices through a combination of material exposure and demonstration had a positive impact in the form of increased understanding of elementary school children. By increasing awareness of scoliosis and PHBS practices, it is hoped that there will be a reduction in cases of scoliosis and the spread of the disease, especially among children.

Keywords : *Demonstration, Education, phbs, scoliosis*

PENDAHULUAN

Menurut WHO, kesehatan dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan sejahtera fisik, mental dan sosial yang utuh dan bukan hanya bebas dari penyakit. Definisi kesehatan menurut WHO mempunyai ciri-ciri yang dapat memperkuat pandangan positif terhadap kesehatan, yaitu: memperhatikan individu secara keseluruhan, memeriksa kesehatan dengan menentukan lingkungan internal dan eksternal, dan menghargai pentingnya peran individu dalam kehidupan. Kesehatan merupakan hak setiap individu untuk dapat melakukan segala aktivitas kehidupan sehari-hari (Chandra dkk., 2017). Namun tidak semua orang memiliki pengetahuan mengenai bagaimana menerapkan gaya hidup sehat khususnya anak-anak usia sekolah dasar. Salah satu kondisi kesehatan yang dapat terjadi pada anak-anak adalah skoliosis. Skoliosis merupakan kelainan tulang belakang dimana tulang belakang mengalami pembengkokan ke arah samping membentuk huruf S atau C. Skoliosis dapat disebabkan oleh kongenital (sejak dalam kandungan), neuromuskular, dan idiopatik (penyebab tidak diketahui). Skoliosis dapat terjadi pada anak rentan usia *infatile* (0-3 tahun), *juvenile* (4-9 tahun), *adolescent* (10 sampai masa pertumbuhan berhenti), dan *adult* (>19 tahun). Selain itu skoliosis juga dapat disebabkan oleh kebiasaan sehari-hari seperti posisi duduk dan juga beban yang dibawa di punggung seperti tas (Baswara dkk., 2019).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah skoliosis adalah mengajarkan pada anak-anak bagaimana Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku hidup bersih dan sehat menurut Julianti dkk. (2018), merupakan cerminan pola hidup yang memperhatikan dan menjaga kesehatan. PHBS merupakan salah satu upaya pencegahan terhadap suatu penyakit atau masalah kesehatan lainnya pada suatu individu. PHBS yang dapat diajarkan mencakup bagaimana menjaga postur tubuh yang benar, melakukan olahraga secara teratur, dan memperhatikan jam tidur yang baik. Dengan beraktivitas fisik secara benar dapat meminimalisir tekanan pada tulang belakang dan mencegah perubahan struktural tulang yang mungkin terjadi. Oleh karena itu PHBS dapat menjadi langkah awal dalam menjaga kesehatan tulang belakang yang berpotensi skoliosis. Selain sebagai upaya untuk mencegah skoliosis pelaksanaan PHBS juga dapat dilakukan melalui pembiasaan seperti membuang sampah pada tempat sampah, menyikat gigi, mencuci tangan yang baik dan benar.

Mencuci tangan merupakan cara terbaik untuk mencegah penyebaran kuman penyakit kepada orang lain. Dengan cuci tangan memakai sabun dan air maka kotoran dan debu yang ada pada kulit akan terbuang sehingga kuman yang ada pada tangan akan berkurang (Nugraheni dan Wahyuningsih, 2021). Menurut ketentuan WHO kegiatan mencuci tangan berlangsung selama 40-60 detik, tidak kurang dan tidak lebih. Jika kurang dari waktu yang ditentukan maka kuman pada permukaan kulit tangan tidak mati dengan sempurna, sementara

jika lebih dari waktu yang ditentukan dapat mengakibatkan hilangnya kelembaban alami kulit dan dapat berakibat iritasi (Panirman dkk., 2021).

Namun sayangnya pengetahuan mengenai skoliosis dan PHBS masih kurang dikalangan anak-anak terutama usia sekolah dasar. Seperti pada anak-anak SD Negeri VI Playen yang bertempat di Dusun Playen I, Kalurahan Playen, Kecamatan Playen, Gunung Kidul, Yogyakarta. Kebanyakan dari mereka masih belum mengetahui apa itu skoliosis, bagaimana gejalanya, dan bagaimana caranya mengatasinya, sebagian dari mereka hanya mengetahui bahwa skoliosis merupakan bengkaknya tulang belakang. Kemudian untuk PHBS khususnya praktik cuci tangan, hampir semua anak masih belum mengetahui bagaimana tata cara mencuci tangan yang baik dan kebanyakan hanya mencuci tangan dengan air. Penelitian pada kegiatan KKN ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana dampak atau peran edukasi dalam meningkatkan kesadaran akan skoliosis dan praktik PHBS di kalangan anak usia sekolah dasar.

BAHAN DAN METODE

Metode pelaksanaan penelitian ini yaitu menggunakan metode demonstrasi. Jumlah peserta sebanyak 32 siswa. Tahapan pelaksanaan meliputi menentukan tempat sasaran, melakukan perizinan, pelaksanaan kegiatan, dan analisis data.

1. Menentukan Tempat Sasaran

Tanggal 7 Agustus 2023 menetapkan lokasi sasaran di SD Negeri VI Playen yang bertempat di Dusun Playen I, Kalurahan Playen, Kecamatan Playen, Gunung Kidul, Yogyakarta.

2. Melakukan Perizinan

Tanggal 8 Mei 2023 melakukan permohonan izin pelaksanaan kegiatan dengan Bapak Kepala Sekolah SD Playen VI

3. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilakukan dengan pemateri menyiapkan peralatan yang diperlukan yaitu berupa powerpoint berisi materi mengenai skoliosis dan PHBS, Kegiatan dimulai dengan memberikan pertanyaan kepada peserta mengenai apa itu skoliosis dan bagaimana praktik mencuci tangan yang baik, Kemudian setelah peserta menjawab dilanjutkan dengan penjelasan materi mengenai skoliosis mulai dari pengertian, gejala, hingga cara mencegah. Setelah pemaparan materi dan demonstrasi mengenai skoliosis selesai, peserta kembali ditanya mengenai pengetahuan mereka tentang skoliosis. Setelah materi skoliosis selesai, dilanjutkan pemaparan materi disertai praktik mengenai PHBS mencuci tangan. Setelah kegiatan pemaparan selesai peserta

diajak untuk mempraktikkan secara langsung bagaimana mencuci tangan yang baik dan benar.

4. Analisis data

Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis untuk mengetahui perbedaan hasil sebelum dan sesudah pelaksanaan edukasi. Sehingga diketahui peningkatan pengetahuan mitra mengenai skoliosis dan PHBS.

HASIL

Edukasi Skoliosis dan PHBS dilakukan selama 1 kali pertemuan yang berlangsung selama 60 menit. Kegiatan dilakukan secara langsung (offline) di dalam kelas. Adapun pelaksanaan edukasi ini dilakukan dengan pemaparan materi melalui powerpoint dan demonstrasi atau praktik langsung, Kegiatan yang dilakukan yaitu pertanyaan awal sebelum edukasi, pelaksanaan edukasi, praktik secara langsung, dan pertanyaan kembali setelah edukasi. Berikut pada tabel 1 dapat dilihat hasil pengetahuan murid sebelum dan sesudah edukasi.

Tabel 1. Perbandingan pra dan pasca edukasi Skoliosis dan PHBS

No	Sebelum diberikan Edukasi	Setelah diberikan Edukasi
1	Murid telah mengetahui mengenai skoliosis, namun hanya sebatas pengertian dasar	Murid mengetahui mengenai skoliosis mulai dari pengertian, gejala, hingga bagaimana cara pencegahan
2	Murid belum mengetahui apa itu PHBS dan apa saja penerapannya	Murid mengetahui apa itu PHBS dan apa saja yang perlu dilakukan untuk mewujudkan PHBS
3	Murid sudah mengetahui mengenai cuci tangan, namun belum secara baik dan benar dan hanya sebatas menggunakan air	Murid mampu melakukan cuci tangan yang baik dan benar dengan sabun



Gambar 1. Edukasi Skoliosis pada anak usia sekolah dasar
(Sumber: dokumen pribadi)



Gambar 2. Edukasi dan Praktik PHBS mencuci tangan pada anak usia sekolah dasar
(Sumber: dokumen pribadi)

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui edukasi yang disampaikan dengan pemaparan materi dan demonstrasi, para murid mengalami peningkatan yang signifikan dalam pemahaman mengenai skoliosis dan praktik PHBS. Sebelum edukasi para murid hanya memiliki pengetahuan yang sedikit mengenai skoliosis, yaitu hanya sekedar pengertian dasar. Namun, setelah mendapatkan edukasi pengetahuan mereka meningkat mengenai skoliosis. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan edukatif yang diterapkan dalam penelitian ini efektif dalam meningkatkan pemahaman anak-anak usia sekolah dasar mengenai skoliosis. Selain itu terdapat peningkatan yang signifikan pula dalam praktik PHBS, khususnya dalam hal mencuci tangan dengan benar. Sebelum edukasi para murid hanya mengetahui cara mencuci tangan seadanya tanpa menggunakan sabun. Setelah mendapatkan edukasi mereka lebih mengetahui bagaimana langkah-langkah mencuci tangan yang benar menggunakan sabun. Hal ini mengindikasikan bahwa melalui pemaparan materi dan demonstrasi anak-anak usia sekolah dasar mampu menginternalisasikan kebiasaan sehat ini dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan edukasi berupa pemaparan materi dan demonstrasi skoliosis dan PHBS dapat dilihat pada gambar 1 dan 2.

Peningkatan pengetahuan praktik PHBS ini memiliki implikasi yang sangat positif dalam upaya mencegah penyebaran penyakit di kalangan anak-anak sekolah dasar. Praktik cuci tangan yang benar merupakan salah satu langkah efektif dalam mencegah infeksi dan penyakit menular, sehingga dengan adanya peningkatan pengetahuan mengenai praktik ini dapat diharapkan akan terjadi penurunan kasus penyakit menular di kalangan anak-anak (Panirman dkk., 2021). Selain itu pemahaman mengenai skoliosis juga memiliki dampak yang signifikan. Skoliosis merupakan kondisi yang dapat memiliki efek serius jika tidak terdeteksi dan diatasi dengan baik. Dengan peningkatan pemahaman ini, memungkinkan anak-anak lebih mampu mengidentifikasi gejala awal skoliosis dan mencari bantuan medis lebih cepat. Hal tersebut dapat mengurangi risiko komplikasi yang mungkin dapat terjadi akibat skoliosis.

Adapun faktor yang dapat menunjang keberhasilan edukasi ini adalah metode pengajaran yang digunakan. Pemapaaran materi memberikan informasi yang jelas dan terstruktur mengenai skoliosis dan PHBS. Sedangkan demonstrasi memberikan gambaran secara langsung tentang cara mencuci tangan yang benar. Kombinasi dari kedua metode tersebut memberikan pendekatan yang efektif untuk memastikan pemahaman dan implementasi dari materi yang diajarkan.

Namun, ada faktor yang harus dipertimbangkan dalam penelitian ini. Penting untuk mempertimbangkan faktor waktu ketika mengevaluasi dampak jangka panjang dari edukasi yang disampaikan, Apakah peningkatan pemahaman anak-anak mengenai materi yang disampaikan akan tetap konsisten dalam jangka waktu panjang perlu dievaluasi kembali. Secara keseluruhan penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi melalui pemaparan materi dan demonstrasi efektif meningkatkan pemahaman tentang skoliosis dan praktik PHBS pada anak-anak usia sekolah dasar. Dengan pemahaman yang lebih baik mengenai skoliosis dan PHBS diharapkan kesehatan anak akan meningkat dalam jangka panjang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa edukasi Skoliosis dan praktik PHBS melalui kombinasi pemaparan materi dan demonstrasi memiliki dampak positif berupa peningkatan pemahaman anak-anak usia sekolah dasar di SDN Playen VI. Dengan meningkatnya kesadaran akan skoliosis dan praktik PHBS, diharapkan dapat terjadi penurunan kasus skoliosis dan penyebaran penyakit khususnya di kalangan anak-anak.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Kepala Dukuh Dusun Playen I dan Kepala Sekolah SDN Playen VI beserta jajarannya yang telah mengizinkan kami untuk melakukan kegiatan di SDN Playen VI. Kami juga mengucapkan terimakasih kepada Ibu Ika Afifah Nugraheni, S.P., M.Biotech. selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah membantu dalam pembuatan artikel jurnal ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Baswara, C. G. P. K., Weta, I. W., & Ani, L. S. (2019). Deteksi dini skoliosis di tingkat Sekolah Dasar Katolik Santo Yoseph 2. *Intisari Sains Medis*, 10(2), 253–257. <https://doi.org/10.15562/ism.v10i2.185>
- Chandra, Akhmad, F., & Aquarista, M. F. (2017). Hubungan antara pengetahuan dan sikap dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 4(3), 201–205.
- Julianti, R., Nasirun, H. M., & Webrayarli. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17. www.dinkes.go.id
- Nugraheni, I. A., & Wahyuningsih, H. (2021). Correct Handwashing Education According to WHO Guidelines at MI Muhammadiyah Butuh Magelang District. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(2), 1130-1133.
- Panirman, L., Dessy, W. M., Candrayadi, Padi, B. N., Samsudin, & Jefri, S. N. (2021). Manajemen enam langkah cuci tangan menurut ketentuan WHO sebagai upaya pencegahan Covid-19. *Jurnal Abdi Masyarakat Humanis*, 2(2), 105–113.

