

Edukasi Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Mencegah Diare terhadap Siswa Sekolah Dasar di Surabaya

**Dwi Susanti¹, M. Razi Buferianto², Fikra Fadhillah Dzaki³, Tyaswara Endah
Sayekti⁴, Karfadimas Bima Putra Wiryono⁵, Avisha Fakhira⁶, Anggita Annisa
Wahyu Dewanti⁷, Azhraa Qinan Pranaya⁸**

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: Dwi Susanti

E-mail: dwisusanti@fk.unair.ac.id

Abstrak

Penyakit diare merupakan penyebab kematian ketiga terbanyak pada anak. Berdasarkan laporan WHO (World Health Organization) tahun 2024, terdapat hampir 1,7 miliar kasus penyakit diare pada anak setiap tahunnya. Prevalensi diare pada balita di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 sebesar 4,9% pada balita dan sekitar 2% pada semua kelompok usia. Sementara itu, jumlah penderita diare balita (12-59 bulan) yang dilayani di fasilitas kesehatan di Surabaya pada tahun 2024 adalah 31.639 anak dari 3.448 perkiraan penemuan diare pada balita. Kematian akibat diare di Surabaya menyumbang sekitar 3,45% dari total kematian balita usia 12-59 bulan. Salah satu faktor yang berhubungan erat dengan kejadian diare adalah kurangnya kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), seperti kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, penggunaan air bersih, dan akses jamban sehat dan kemampuan memilih jajanan sekolah yang sehat. Jajanan yang terlalu pedas dan tidak bersih dapat meningkatkan resiko diare. Kegiatan penyuluhan pada siswa sekolah dasar ini dilakukan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan siswa tentang definisi, penyebab, gejala, cara penularan, dan pencegahan penyakit diare serta cara memilih jajanan yang sehat dan aman. Kegiatan edukasi dilaksanakan sebagai salah satu upaya promosi kesehatan. Metode yang dilakukan dengan presentasi materi dengan power point, poster, dan minigames. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan pre-tes dan post-test. Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, 20 Agustus 2025 di SDN Simokerto 1 Surabaya, dan dihadiri oleh 26 siswa kelas enam. Kegiatan berlangsung dengan lancar dan serta efektif meningkatkan pengetahuan siswa tentang diare dan upaya pencegahannya.

Kata kunci - air bersih, cuci tangan, diare, jajanan sehat, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

Abstract

Diarrhea is the third leading cause of death in children. According to a 2024 report by the World Health Organization (WHO), there are nearly 1.7 billion cases of diarrhea in children each year. The prevalence of diarrhea in Indonesian toddlers based on the 2023 Indonesian Health Survey (SKI) was 4.9% in toddlers and around 2% in all age groups. Meanwhile, the number of toddlers (12-59 months) with diarrhea treated at health facilities in Surabaya in 2024 was 31,639 children out of an estimated 3,448 cases of diarrhea in toddlers. Deaths due to diarrhea in Surabaya accounted for about 3.45% of total deaths among toddlers aged 12-59 months. One factor closely related to the incidence of diarrhea is the lack of clean and healthy living habits (PHBS), such as the habit of washing hands with soap, using clean water, and access to healthy toilets and the ability to choose healthy school snacks. Snacks that are too spicy and unclean can increase the risk of diarrhea. This educational activity for elementary school students was conducted with the aim of increasing students' knowledge about the definition, causes, symptoms, transmission, and prevention of diarrhea, as well as how to choose healthy and safe snacks. The educational activity was carried out as part of health promotion efforts. The methods used included presentations with PowerPoint, posters, and mini-games. The activity was evaluated using pre-tests and post-tests. The activity

was carried out on Wednesday, August 20, 2025, at Public Elementary school Simokerto 1 Surabaya, and was attended by 26 sixth-grade students. The activity ran well and effectively increased students' knowledge about diarrhea and prevention efforts.

Keywords - *clean and healthy living behaviors (PHBS), clean water, diarrhea, hand washing, healthy snacks*

PENDAHULUAN

Diare adalah kondisi buang air besar pada bayi atau anak lebih dari 3 kali per hari yang disertai perubahan konsistensi tinja menjadi cair dengan atau tanpa lendir dan darah. Kejadian diare masih merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari. (*Diarrhea - NIDDK*, n.d.) Diare merupakan penyebab utama malnutrisi. (Baqui & Ahmed, 2006) Setiap episode diare menyebabkan berkurangnya asupan dan penyerapan zat gizi serta meningkatnya kebutuhan nutrisi, terutama pada anak balita, sehingga menghambat pertumbuhan normal. Anak dengan malnutrisi cenderung mengalami diare yang lebih berat, lebih lama, dan lebih sering, sehingga membentuk lingkaran setan antara diare dan malnutrisi. (Baqui & Ahmed, 2006)

Penyakit diare merupakan penyebab kematian ketiga terbanyak pada anak di bawah usia 5 tahun. Setiap tahun, diare tercatat menyebabkan kematian sekitar 443.832 anak usia di bawah 5 tahun dan sekitar 50.851 anak usia 5-9 tahun (*Diarrhoeal Disease*, n.d.). Berdasarkan laporan WHO (*World Health Organization*) tahun 2024, terdapat hampir 1,7 miliar kasus penyakit diare pada anak setiap tahunnya (*Diarrhoeal Disease*, n.d.). Prevalensi diare di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 adalah sebesar 4,9% pada balita dan sekitar 2% pada semua kelompok usia (SKI 2023 *Dalam Angka - Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK Kemenkes*, n.d.). Menurut Profil Kesehatan Kota Surabaya 2024, jumlah penderita diare balita (12-59 bulan) yang dilayani di fasilitas kesehatan di Surabaya pada tahun 2024 adalah 31.639 anak dari 3.448 perkiraan penemuan diare pada balita (*Profil Kesehatan Kota Surabaya 2024.Pdf - Google Drive*, n.d.). Kematian akibat diare di Surabaya menyumbang sekitar 3,45% dari total kematian balita usia 12-59 bulan (*Profil Kesehatan Kota Surabaya 2024.Pdf - Google Drive*, n.d.). Tingginya angka kejadian dan kematian ini menunjukkan bahwa diare masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan.

Di Surabaya, diare masih menjadi masalah kesehatan anak yang signifikan. Salah satu faktor yang berhubungan erat dengan kejadian diare adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Simanjuntak et al., 2024), seperti kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, penggunaan air bersih, dan akses jamban sehat. Faktor demografi sosial, perilaku kebersihan diri, pemberian ASI, dan status gizi diketahui berpengaruh terhadap kejadian diare (Firdaus et al., 2024). Sebuah penelitian di Surabaya yang meneliti 151 anak sekolah dasar menunjukkan bahwa kebiasaan *personal hygiene* yang kurang optimal dan status gizi yang tidak mencukupi. hal ini berkorelasi dengan peningkatan kejadian diare. (Firdaus et al., 2024) Pemilihan jajanan sekolah yang sehat juga menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan kesehatan siswa dan mencegah terjadinya diare (Konsumsi et al., 2024). Jajanan yang terlalu pedas dan tidak bersih dapat meningkatkan resiko diare. Anak dengan kebiasaan makan tidak sehat akan beresiko mengalami status gizi yang kurang (Hidayat et al., 2025). Anak dengan status gizi kurang akan memiliki sistem imun yang lemah dan rentan mengalami infeksi, salah satunya yaitu diare akut. (Supriadi et al., 2020)

Dengan demikian, penyuluhan kesehatan di sekolah diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan pentingnya membiasakan perilaku cuci tangan, dan pemilihan asupan makanan yang sehat. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang definisi, penyebab, gejala, cara penularan, dan pencegahan penyakit diare serta cara memilih jajanan yang sehat dan aman.

METODE

Kegiatan edukasi dilaksanakan bersama dengan kegiatan Praktek Kerja Lapangan (PKL) mahasiswa profesi dokter di Pusat Kesehatan Masyarakat (Puskesmas) Tambakrejo, Surabaya periode

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

4 - 23 Agustus 2025. Kegiatan edukasi dibuat menarik dengan slogan “AYO HIDUP ‘AMAN’ DARI DIARE! Awali Makan dengan Cuci Tangan, Pilih Asupan Sehat”. Kegiatan ini diadakan di SDN 1 Simokerto, Surabaya. Sasaran edukasi yaitu siswa SDN Simokerto 1 kelas enam.

Sebelum memulai kegiatan, peserta mengisi soal *pretest*. Setelah itu, narasumber mulai memaparkan materi mengenai diare. Kemudian dibuka sesi tanya jawab untuk peserta. Kemudian dilanjutkan dengan *mini game* mengenai jenis-jenis makanan sehat. Pada *mini game* ini, narasumber akan menampilkan gambar mengenai makanan sehat dan tidak sehat, lalu peserta diminta untuk ke barisan sehat dan tidak sehat, sesuai dengan gambar yang ditunjukkan. Setelah *game* selesai, narasumber akan menjelaskan masing-masing jawaban dari peserta. Setelah itu, peserta diarahkan untuk mengisi soal *posttest* untuk mengevaluasi efektivitas kegiatan edukasi. Setelah post-test, dilakukan pemasangan poster di kelas dan papan pengumuman sekolah untuk meningkatkan retensi siswa pasca kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi dilakukan pada hari Rabu, 20 Agustus 2025, dengan peserta adalah 26 siswa kelas enam SDN Simokerto 1 Surabaya. Distribusi frekuensi karakteristik peserta penyuluhan tersaji pada Tabel 1. Persiapan tempat dan alat dimulai sejak pukul 08.30 WIB dan kegiatan edukasi dimulai pukul 08.45 WIB. Kegiatan dibuka dengan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat dari penyuluhan, kemudian dilanjutkan dengan *pre-test* terkait pengetahuan peserta mengenai diare dan perilaku hidup sehat. *Pre-test* berisi 10 pertanyaan pilihan ganda (jawaban A, B, atau C), dengan pembagian 3 pertanyaan sederhana mengenai diare dan 7 pertanyaan sederhana mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di masyarakat. Setelah itu, penyuluhan dilakukan menggunakan *powerpoint* serta peragaan bagaimana cara mencuci tangan menggunakan sabun dengan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar sambil mendengarkan lagu cuci tangan. Pemutaran lagu 6 langkah cuci tangan sambil diperagakan lalu diikuti oleh seluruh siswa dilakukan untuk memudahkan para siswa menghafal langkah-langkah cuci tangan,

Tabel 1.
Distribusi Frekuensi Karakteristik Peserta Penyuluhan

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Perempuan	10	38,4%
Laki-laki	16	61,6%
Total	26	100%



Gambar 1.
Gambar *mini-games*

Kemudian, peserta akan diajak mengikuti mini game mengenai makanan sehat yang dikonsumsi sehari-hari. Peserta akan melihat pada gambar *mini-games* (**Gambar 1**) lalu diminta untuk ke barisan sehat dan tidak sehat, sesuai dengan gambar yang ditunjukkan. Setelah *game* selesai, pengabdian menjelaskan masing-masing jawaban dari peserta. Setelah *mini game* selesai, pengabdian menjelaskan rangkuman singkat mengenai apa itu diare dan pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kehidupan sehari-hari. Edukasi ini menekankan persuasi kepada siswa yang sehat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), dimulai dengan mencuci tangan di waktu yang tepat dengan teknik yang tepat, menjaga asupan makanan yang sehat, serta memilih wadah makanan yang sehat. Selain itu, pengabdian juga menekankan penjelasan terkait hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan kejadian diare. Kegiatan ini ditutup dengan *post-test* yang mengevaluasi pengetahuan dan sikap peserta serta penyerahan poster “AYO HIDUP ‘AMAN’ DARI DIARE! Awali Makan dengan Cuci Tangan, Pilih Asupan Sehat” (**Gambar 2**) kepada guru di SDN Simokerto 1 untuk diletakkan di sekolah sebagai media edukasi siswa di kelas lainnya.



Gambar 2.

Poster “AYO HIDUP ‘AMAN’ DARI DIARE! Awali Makan dengan Cuci Tangan, Pilih Asupan Sehat”

Terdapat peningkatan pengetahuan siswa kelas 6 SDN Simokerto 1 setelah diberikan edukasi tentang diare. Peningkatan pengetahuan dapat dilihat pada peningkatan distribusi jawaban benar yang ditampilkan pada **Tabel 2**. Kegiatan penyuluhan ini mendapatkan antusiasme yang tinggi dari siswa, dibuktikan dengan keaktifan saat pemberian materi dan sesi mini game. Dokumentasi kegiatan bisa dilihat pada **Gambar 3**.

Tabel 2.
Distribusi jawaban *pre-test* dan *post-test* peserta penyuluhan

Pertanyaan	Pre-test (%)		Post-test (%)	
	Benar	Salah	Benar	Salah
Apa itu diare?	76,9	23,1	84,6	15,4
Apa tandanya seseorang diare?	92,3	7,7	92,3	7,7
Bagaimana cara mencegah diare?	84,6	15,4	88,4	11,6
Bagaimana melakukan perilaku hidup bersih dan sehat?	88,4	11,6	96,2	3,8
Kapan kita melakukan cuci tangan?	88,4	11,6	96,2	3,8
Ada berapa langkah cuci tangan?	15,4	84,6	92,3	7,7
Makanan sehat dapat menjadikan kita?	100	0	96,2	3,8
Apa contoh makanan sehat?	96,1	3,9	100	0
Mengapa kita harus makan makanan sehat?	96,1	3,9	96,2	3,8
Kemasan yang aman untuk makanan adalah?	23	77	92,3	7,7

Evaluasi kegiatan penyuluhan dapat dikatakan berhasil berdasarkan indikator keberhasilan kegiatan yang disajikan pada Table 3.

Tabel 3.
Evaluasi indikator keberhasilan penyuluhan.

Indikator Keberhasilan	Keterangan
Minimal 20 peserta mengikuti kegiatan edukasi terkait diare dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)	Tercapai
Minimal 10 peserta mengikuti mini game terkait Asupan makanan sehat	Tercapai
Hasil <i>Post-test</i> rata-rata nilai akhir pengetahuan peserta terkait diare dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebesar minimal 70%	Tercapai
Terdapat penurunan jumlah peserta yang masih kurang memahami perilaku hidup bersih dan sehat dari sebelum dan setelah penyuluhan	Tercapai



Gambar 3.
Dokumentasi kegiatan edukasi PHBS untuk mencegah diare pada siswa SDN 1 Simokerto, Surabaya

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi dengan slogan “AYO HIDUP ‘AMAN’ DARI DIARE! Awali Makan dengan Cuci Tangan, Pilih Asupan Sehat” telah dilaksanakan pada hari Rabu, 20 Agustus 2025 di SDN Simokerto 1 Surabaya, dan dihadiri oleh 26 siswa kelas enam. Metode pelaksanaan dengan presentasi materi dengan power point, poster, dan *mini-games*. Evaluasi kegiatan dilakukan dengan pre-tes dan post-test. Kegiatan edukasi mendapat sambutan yang baik dari para siswa dan guru. Kegiatan edukasi berlangsung lancar dan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang diare dan upaya pencegahannya.

Saran :

Perubahan perilaku memerlukan edukasi berulang, sehingga diharapkan pihak sekolah untuk terus mengingatkan siswa tentang pentingnya cuci tangan 6 langkah pakai sabun, bisa dilakukan seminggu sekali, misalnya saat pelajaran olahraga dan kesehatan sambil bernyanyi lagu cuci tangan 6 langkah. Selain edukasi, sarana cuci tangan juga harus dilengkapi dengan ketersediaan sabun untuk mendukung terus berlangsungnya kebiasaan baik cuci tangan 6 langkah pakai sabun. Kantin sekolah juga harus dibina agar hanya menyediakan makanan bersih dan sehat. Dengan dukungan lingkungan yang baik, diharapkan kebiasaan cuci tangan dan makan makanan sehat bisa terus dipertahankan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada drg Yekti Hapsari dan dr Febie Abdasari dari Puskesmas Tambakrejo, para guru dan siswa SDN Simokerto 1 Surabaya yang sudah berkenan bekerjasama dengan tim Pengabdian Masyarakat dari Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga sehingga kegiatan edukasi kesehatan dengan slogan “AYO HIDUP ‘AMAN’ DARI DIARE! Awali Makan dengan Cuci Tangan, Pilih Asupan Sehat” dapat terselenggara dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Baqui, A. H., & Ahmed, T. (2006). Diarrhoea and malnutrition in children: Replacing fluid and minerals, particularly zinc, remains vital. *BMJ: British Medical Journal*, 332(7538), 378. <https://doi.org/10.1136/BMJ.332.7538.378>
- Diarrhea - NIDDK*. (n.d.). Retrieved December 3, 2025, from <https://www.niddk.nih.gov/health-information/digestive-diseases/diarrhea>
- Diarrhoeal disease*. (n.d.). Retrieved December 3, 2025, from <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/diarrhoeal-disease>
- Firdaus, Santy, W. H., Setiyowati, E., Putri, R. A., & Damawiyah, S. (2024). Analysis of Social Demography, Behavioral Hygiene, Breast Milk, And Nutritional Status in Children with Diarrhea in Surabaya City. *Revista de Gestão - RGSA*, 18(5), e05589. <https://doi.org/10.24857/rgsa.v18n5-066>
- Hidayat, N., Putri Rahmawati, F., Dwi Putri, D., Salwa Hafizhah, I., Oktaviani, N., Shausan Fakultas Ekologi Manusia, K., & Pertanian Bogor Korespondensi penulis, I. (2025). Hubungan kebiasaan jajan, pola makan, dan konsumsi pangan terhadap status gizi anak usia sekolah. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 19(6), 1086–1395. <https://doi.org/10.33024/HJK.V19I6.1361>
- Konsumsi, K., Dengan, J., Diare, K., Anak, P., Sekolah, U., Di, D., Al, M. I., Palang Tuban, M., Chentia, H., Yunariyah, B., Program, R. J., D3, S., Tuban, K., & Kemenkes Surabaya, P. (2024). Kebiasaan Konsumsi Jajanan Dengan Kejadian Diare Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di MI Al Musthofawiyah Palang Tuban. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(8), 221–229. <https://journal.mandiracendikia.com/index.php/JIK-MC/article/view/1367>
- Profil Kesehatan Kota Surabaya 2024.pdf - Google Drive*. (n.d.). Retrieved December 3, 2025, from <https://drive.google.com/file/d/1gQb9aEsSbZpv8OoI1LQTqKmxhhqFyFqS/view>

- Simanjuntak, M. B. U., Situmeang, I. R., & Lumbantobing, P. (2024). Hubungan PHBS dengan Kejadian Diare pada Anak Usia Sekolah di Wilayah Kerja Puskesmas Bandar Khalipah. *Health and Medical Journal*, 6(1), 49–52. <https://doi.org/10.33854/HEME.V6I1.1406>
- SKI 2023 Dalam Angka - Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK Kemenkes. (n.d.). Retrieved December 3, 2025, from <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>
- Supriadi, D., Nurhayati, L. S., Khaerunnisa, R. N., & Suhandi. (2020). Correlation of Nutritional Status with Diarrhea Incidence. *Genius Journal*, 1(1), 1–4. <https://doi.org/10.56359/GJ.V1I1.3>