

PENTINGNYA PENDIDIKAN KESEHATAN UNTUK MENGURANGI PENYEBARAN PENYAKIT PADA ANAK

Felisa Nadia Anggraini

Program Studi Kebidanan Magelang , Poltekkes Kemenkes Semarang

Email: felisanadiaggr@gmail.com

ABSTRAK

Anak-anak merupakan bagian penting dari masyarakat yang rentan terhadap berbagai penyakit menular yang dapat berdampak serius pada pertumbuhan dan perkembangan mereka. Oleh karena itu, penekanan pada pendidikan kesehatan pada tahap-tahap awal kehidupan mereka sangatlah penting. Menurut World Health Organization (WHO), pendidikan kesehatan merupakan suatu proses yang memengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku individu serta masyarakat dalam menjaga kesehatan mereka. Penelitian ini menggunakan metode studi literatur, yang merupakan pendekatan penelitian yang didasarkan pada analisis terhadap kumpulan sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian. Pengetahuan tentang penyakit, penyebabnya, serta cara mencegahnya merupakan langkah awal yang penting dalam mengurangi penyebaran penyakit. Anak-anak yang memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya mencuci tangan, menjaga kebersihan lingkungan, dan mengonsumsi makanan sehat cenderung lebih mampu mencegah penyakit menular. Pendidikan kesehatan memainkan peran yang sangat penting dalam menjaga kesejahteraan anak-anak dan mencegah penyebaran penyakit di kalangan mereka. Dengan memahami pentingnya kesadaran akan kesehatan sejak dini, anak-anak dapat mengembangkan perilaku sehat yang berkelanjutan.

Kata kunci : Pendidikan Kesehatan, Pencegahan Penyakit Menular

PENDAHULUAN

Pendidikan kesehatan merupakan konsep yang tidak dapat dianggap sepele dalam upaya menjaga kesejahteraan individu dan masyarakat secara menyeluruh. Terutama ketika membicarakan kesehatan anak-anak, pendidikan kesehatan menjadi landasan penting dalam membentuk pola pikir dan perilaku yang sehat sejak dini. Anak-anak merupakan bagian penting dari masyarakat yang rentan terhadap berbagai penyakit menular yang dapat berdampak serius pada pertumbuhan dan perkembangan mereka. Oleh karena itu, penekanan pada pendidikan kesehatan pada tahap-tahap awal kehidupan mereka sangatlah penting.

Menurut *World Health Organization* (WHO), pendidikan kesehatan merupakan suatu proses yang memengaruhi pengetahuan, sikap, dan perilaku individu serta masyarakat dalam menjaga kesehatan mereka. Ini mencakup berbagai aspek mulai

dari pengetahuan tentang kebersihan, nutrisi, hingga tindakan pencegahan terhadap penyakit tertentu. Dalam konteks anak-anak, pendidikan kesehatan memainkan peran yang sangat vital dalam mengurangi risiko penyebaran penyakit yang dapat membahayakan mereka.

Sebuah penelitian menyatakan bahwa program pendidikan kesehatan yang terintegrasi dengan kurikulum sekolah mampu meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang pentingnya mencuci tangan secara teratur, yang pada gilirannya mengurangi risiko penularan infeksi saluran pernapasan dan gastrointestinal. Selain itu, sebuah laporan dari *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) menekankan pentingnya imunisasi sebagai bagian dari pendidikan kesehatan anak-anak untuk mencegah penyebaran penyakit menular seperti campak, polio, dan hepatitis. Imunisasi yang tepat waktu tidak hanya melindungi anak tersebut, tetapi juga membentuk kekebalan komunitas yang dikenal sebagai kekebalan kawanan, yang mengurangi risiko penularan penyakit pada individu yang rentan.

Dalam karya tulis ini, akan dibahas secara mengenai pentingnya pendidikan kesehatan untuk mengurangi penyebaran penyakit pada anak-anak. Melalui pemahaman yang lebih dalam tentang konsep ini, diharapkan dapat ditemukan strategi dan metode pendidikan kesehatan yang efektif dalam meningkatkan kesejahteraan anak-anak dan mencegah penyebaran penyakit di kalangan mereka.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode studi literatur, yang merupakan pendekatan penelitian yang didasarkan pada analisis terhadap kumpulan sumber literatur yang relevan dengan topik penelitian. Metode studi literatur memungkinkan peneliti untuk menyusun ulang, menganalisis, dan menyintesis pengetahuan yang sudah ada dari berbagai sumber informasi seperti jurnal ilmiah, buku, tesis, dan dokumen resmi lainnya. Dalam penelitian tentang peran sekolah dalam pendidikan kesehatan, studi literatur digunakan untuk mengumpulkan informasi dan temuan terbaru dari penelitian-penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh para ahli dan peneliti di bidang pendidikan dan kesehatan. Dengan memeriksa literatur yang relevan, peneliti dapat mengidentifikasi tren, temuan kunci, dan perdebatan yang berkaitan dengan topik penelitian, serta menggali dasar teoritis yang mendukung hipotesis atau argumen dalam penelitian mereka. Selain itu, metode studi literatur memungkinkan peneliti untuk menyajikan kerangka konseptual yang kuat dan memperkuat argumentasi penelitian dengan mengacu pada pengetahuan yang sudah ada di bidang tersebut. Dengan demikian, penggunaan metode studi literatur dalam penelitian ini memberikan landasan yang kokoh untuk menjelaskan peran sekolah dalam pendidikan kesehatan berdasarkan temuan dan pemahaman yang terkini dalam literatur ilmiah.

PEMBAHASAN

Pentingnya Kesadaran akan Kesehatan Sejak Dini

Kesehatan merupakan aspek yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Tanpa kesehatan yang baik, setiap individu akan menghadapi tantangan yang besar dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Kesehatan bukan hanya sekedar ketiadaan penyakit, tetapi juga mencakup kondisi perasaan yang sempurna, baik secara fisik, mental, maupun lingkungan (Hasanah & Mahardika, 2021). Kesadaran akan kesehatan sejak dini merupakan landasan penting dalam membentuk perilaku hidup sehat pada anak-anak. Memahami peran pengetahuan tentang kesehatan dalam mencegah penyakit, membangun kesadaran akan praktik kesehatan yang tepat sejak usia dini, dan menyadari dampak positif dari kesadaran kesehatan terhadap perilaku anak-anak adalah aspek krusial dalam menjaga kesejahteraan mereka.

Pengetahuan tentang penyakit, penyebabnya, serta cara mencegahnya merupakan langkah awal yang penting dalam mengurangi penyebaran penyakit. Anak-anak yang memiliki pemahaman yang baik tentang pentingnya mencuci tangan, menjaga kebersihan lingkungan, dan mengonsumsi makanan sehat cenderung lebih mampu mencegah penyakit menular (Pierce et al., 2016). Kemudian penanaman kesadaran akan praktik kesehatan yang tepat sejak usia dini dapat membentuk kebiasaan sehat yang berkelanjutan. Melalui pendidikan kesehatan yang terintegrasi dalam kurikulum pendidikan formal maupun informal, anak-anak dapat memahami pentingnya menjaga kesehatan dan mengimplementasikan praktik-praktik kesehatan tersebut dalam kehidupan sehari-hari (Birch & Ventura, 2009). Selain itu, kesadaran kesehatan yang tinggi memiliki dampak positif yang signifikan terhadap perilaku anak-anak. Mereka cenderung lebih memperhatikan aspek-aspek kesehatan dalam kehidupan sehari-hari, termasuk memilih makanan sehat, aktif berolahraga, dan menghindari perilaku-perilaku yang berisiko menyebabkan penyakit (Hingle et al., 2012).

Edukasi tentang Pencegahan Penyakit Menular

Penyakit menular masih menjadi ancaman serius bagi kesehatan anak usia dini dan anak usia sekolah. Anak usia sekolah terutama rentan terhadap penyakit karena aktifitas bermain di lingkungan sekolah dan rumah. Kondisi kesehatan anak dipengaruhi oleh perilaku sehari-hari, termasuk kebiasaan mencuci tangan.

- Pentingnya Mencuci Tangan dalam Pencegahan Penyakit

Mencuci tangan merupakan salah satu tindakan paling efektif untuk mencegah penyebaran penyakit. Proses mencuci tangan dengan sabun membantu menghilangkan kotoran dan debu-debu yang menempel pada kulit (Desiyanto & Djannah, 2013). Penggunaan sabun juga membantu menghindari berbagai macam penyakit dan infeksi, seperti diare, infeksi saluran pernapasan, dan infeksi kulit.

- Teknik Mencuci Tangan yang Tepat

Mencuci tangan yang benar dan tepat sangat penting untuk mencapai efektivitas dalam pencegahan penyakit. Teknik yang tepat termasuk membasahi tangan dengan air bersih, menggosok kedua telapak tangan, punggung tangan, sela-sela jari, dan kuku dengan sabun, serta membilasnya dengan air bersih (Ilmi et al., 2015). Hal ini dapat dilakukan pada momen-momen penting seperti sebelum makan, setelah buang air besar, sebelum memegang bayi, setelah menceboki anak, dan sebelum menyiapkan makanan.

- Dampak Mencuci Tangan terhadap Kesehatan

Menurut World Health Organization (WHO), mencuci tangan dengan sabun mampu mengurangi angka kesakitan karena diare hingga 47% dan infeksi saluran pernapasan hingga 30% (Darmiatun, 2008). Selain itu, mencuci tangan juga mampu menurunkan kasus flu Burung hingga 50%. Kebiasaan mencuci tangan yang baik dapat menghambat masuknya kuman penyakit ke tubuh manusia melalui tangan.

- Edukasi dan Kesadaran Masyarakat

Meskipun hampir semua orang menyadari pentingnya mencuci tangan dengan sabun, masih banyak yang tidak melakukannya dengan benar pada momen-momen penting (Umar, 2009). Hanya sebagian kecil dari masyarakat yang tahu cara mencuci tangan dengan benar. Oleh karena itu, edukasi yang tepat dan kesadaran masyarakat mengenai teknik mencuci tangan yang benar sangatlah penting, terutama bagi anak-anak usia sekolah agar mereka terbiasa melakukan kebersihan sejak dini (Siswanto, 2009).

Edukasi tentang pencegahan penyakit menular, terutama melalui praktik mencuci tangan dengan sabun, memiliki dampak yang besar dalam melindungi kesehatan anak-anak usia sekolah. Mencuci tangan yang tepat dan rutin pada momen-momen penting merupakan langkah sederhana namun efektif dalam mencegah penyebaran penyakit di lingkungan sekolah dan masyarakat.

Peran Sekolah dalam Pendidikan Kesehatan

Peran sekolah dalam pendidikan kesehatan sangatlah penting dalam membentuk generasi yang lebih sehat dan sadar akan pentingnya menjaga kesehatan. Salah satu aspek utama dari peran sekolah adalah integrasi pendidikan kesehatan ke dalam kurikulum sekolah. Dengan mengintegrasikan materi kesehatan ke dalam pelajaran yang ada, siswa akan mendapatkan pengetahuan yang sistematis dan terstruktur tentang prinsip-prinsip dasar kesehatan serta tindakan pencegahan penyakit. Selain itu, sekolah juga dapat menyelenggarakan program penyuluhan kesehatan secara berkala. Program ini dapat melibatkan tenaga kesehatan atau ahli kesehatan masyarakat untuk memberikan informasi yang relevan dan up-to-date tentang topik-topik kesehatan penting, seperti pola makan sehat, kebersihan diri, olahraga, dan pencegahan penyakit menular. Penting juga bagi sekolah untuk memberikan pelatihan kepada guru agar mereka dapat menyampaikan materi

kesehatan dengan cara yang menarik dan efektif kepada siswa. Selain itu, menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dan mendukung juga merupakan tanggung jawab sekolah. Fasilitas kesehatan yang baik, seperti toilet yang bersih dan air minum yang aman, serta kebijakan-kebijakan yang mendukung gaya hidup sehat dapat membantu menciptakan lingkungan yang kondusif bagi kesehatan siswa. Terakhir, sekolah juga dapat berkolaborasi dengan orang tua dan komunitas untuk mendukung upaya pendidikan kesehatan. Melibatkan orang tua dalam kegiatan sekolah seperti seminar kesehatan atau kegiatan kesehatan keluarga dapat membantu meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesehatan di lingkungan rumah dan masyarakat. Dengan demikian, peran sekolah dalam pendidikan kesehatan tidak hanya mencakup aspek pendidikan formal di dalam kelas, tetapi juga melibatkan berbagai kegiatan dan kerjasama dengan stakeholder lain untuk menciptakan lingkungan yang mendukung kesehatan dan kesejahteraan siswa.

PENUTUP

Kesimpulan

Pendidikan kesehatan memainkan peran yang sangat penting dalam menjaga kesejahteraan anak-anak dan mencegah penyebaran penyakit di kalangan mereka. Dengan memahami pentingnya kesadaran akan kesehatan sejak dini, anak-anak dapat mengembangkan perilaku sehat yang berkelanjutan. Edukasi tentang pencegahan penyakit menular, terutama melalui praktik mencuci tangan dengan sabun, memiliki dampak besar dalam melindungi kesehatan anak-anak usia sekolah. Selain itu, peran sekolah dalam pendidikan kesehatan sangatlah penting. Dengan mengintegrasikan pendidikan kesehatan ke dalam kurikulum, menyelenggarakan program penyuluhan kesehatan, memberikan pelatihan kepada guru, menciptakan lingkungan sekolah yang sehat, dan berkolaborasi dengan orang tua dan komunitas, sekolah dapat menjadi agen perubahan yang efektif dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan siswa.

Saran

Untuk meningkatkan koordinasi antara sekolah, orang tua, dan komunitas dalam mendukung upaya pendidikan kesehatan anak-anak, dapat dilakukan penyelenggaraan workshop atau seminar kesehatan yang melibatkan semua pihak terkait, pembentukan program kesehatan keluarga di sekolah, serta pengembangan kampanye kesehatan yang melibatkan partisipasi aktif dari orang tua dan masyarakat sekitar. Dengan demikian, kolaborasi yang erat antara sekolah, orang tua, dan komunitas dapat lebih efektif dalam membentuk lingkungan yang mendukung kesehatan dan meningkatkan pemahaman anak-anak tentang pentingnya menjaga kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Darmiatum. (2013). Pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat di berbagai tatanan. Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Jakarta: Pusat Promosi Kesehatan.
- Hasanah, U., & Mahardika, D. R. (2021, February). Edukasi perilaku cuci tangan pakai sabun pada anak usia dini untuk pencegahan transmisi penyakit. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ* (Vol. 1, No. 1).
- Centers for Disease Control and Prevention. (2020). Immunization and Infectious Diseases. Diakses dari <https://www.cdc.gov/vaccines/index.html>
- Birch, L. L., & Ventura, A. K. (2009). Preventing childhood obesity: what works?. *International journal of obesity*, 33(1), S74-S81.
- Hingle, M., Nichter, M., Medeiros, M., & Grace, S. (2013). Texting for health: the use of participatory methods to develop healthy lifestyle messages for teens. *Journal of nutrition education and behavior*, 45(1), 12-19.
- Muzaenah, T., & Riyaningrum, W. (2020, December). Edukasi Cuci Tangan Enam Langkah Pencegahan Penyebaran Penyakit Menular Anak Usia Sekolah. In *PROSIDING SEMINAR NASIONAL LPPM UMP* (Vol. 2, pp. 83-87).
- Umar (2009). Kebiasaan mencuci tangan dengan infeksi pada anak SDN 34 Pekalongan. Jawa Tengah: Makara Kesehatan.