

PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PERSONAL HYGIENE DAN PENCEGAHAN DEMAM BERDARAH DI SMK SADEWA SLEMAN

***Antok Nurwidi Antara¹, Patria Asda², Novi Istanti³**

^{1,2,3} STIKES Wira Husada Yogyakarta, email : antokantara1212@gmail.com

ABSTRACT

Health promotion is an effort to improve health, encompassing both personal and environmental health. It can be carried out by various parties concerned with public health, both private and governmental. Health education activities are crucial for increasing knowledge about personal hygiene and dengue fever prevention, especially for adolescents who are vulnerable to dengue fever. The best way to prevent and slow the spread of disease is by having adequate knowledge about the disease and how it spreads, and by practicing personal hygiene, or clean and healthy living behaviors (PHBS). Personal hygiene is a series of personal hygiene activities carried out to maintain physical health, comfort, and well-being, including skin, hair, nail, and oral care. The health education activities were conducted at the Sadewa Health Vocational School in Sleman. The target group for this community service activity were adolescent students of the Sadewa Health Vocational School. There were 41 respondents. The community service method used was a pre-test, education, and post-test. The results of the community service showed an increase in the knowledge of adolescents at the Sadewa Health Vocational School about personal hygiene and dengue fever prevention after receiving health education from the community service team.

Keywords: Health Education, Personal Hygiene, Dengue Fever, Adolescents

ABSTRAK

Promosi kesehatan yaitu salah satu upaya peningkatan Kesehatan meliputi kesehatan diri maupun kesehatan lingkungan yang dapat dilakukan oleh berbagai pihak yang mempunyai perhatian pada kesehatan masyarakat bisa dari Swasta maupun Pemerintah. Kegiatan penyuluhan kesehatan penting untuk meningkatkan pengetahuan tentang personal hygiene dan pencegahan demam berdarah perlu dilakukan, terutama bagi remaja yang rentan terhadap penyakit demam berdarah. Cara terbaik untuk mencegah dan memperlambat penularan penyakit, yaitu dengan mempunyai wawasan memadai mengenai penyakit tersebut dan cara penyebarannya, juga dengan menerapkan personal hygiene atau perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Personal hygiene adalah serangkaian aktivitas kebersihan diri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan fisik, kenyamanan, dan kesejahteraan individu, termasuk perawatan kulit, rambut, kuku, dan rongga mulut. Kegiatan penyuluhan Kesehatan dilakukan di SMK Kesehatan Sadewa Sleman, kelompok sasaran untuk kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah remaja siswa SMK Kesehatan Sadewa. Responden pada kegiatan ini ada 41 remaja. Metode pengabdian masyarakat dilakukan dengan pre test-penyuluhan-post test. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan remaja SMK Kesehatan Sadewa tentang personal hygiene dan pencegahan demam berdarah setelah diberikan penyuluhan kesehatan dari tim pengabdian masyarakat.

Kata Kunci : Penyuluhan Kesehatan, Personal Hygiene, Demam Berdarah, Remaja

PENDAHULUAN

Salah satu hal yang penting dalam kehidupan manusia sehari-hari adalah kesehatan. Adanya gangguan kesehatan bisa menimbulkan beragam tanda dan gejala bagi yang mengalaminya. Salah satu penyebab gangguan kesehatan yaitu kebersihan diri (*personal hygiene*) dan kebersihan lingkungan yang tidak baik. *Personal hygiene* merupakan istilah lain dari kebersihan diri yang merupakan tanggung jawab individu setiap hari agar tetap terjaga kesehatannya. Pengertian dari *Personal hygiene* adalah serangkaian aktivitas kebersihan diri yang dilakukan untuk mempertahankan kesehatan fisik, kenyamanan, dan kesejahteraan individu, termasuk perawatan kulit, rambut, kuku, dan rongga mulut. (Potter, P. A., & Perry, A. G., 2017). *Personal hygiene* adalah upaya seseorang dalam memelihara dan meningkatkan kebersihan dirinya sendiri untuk mencegah terjadinya penyakit, termasuk kebersihan tubuh, pakaian, serta lingkungan terdekat. (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011). *Personal hygiene* diartikan juga sebagai suatu usaha pemeliharaan kesehatan diri.

Pengetahuan seseorang tentang kebersihan diri sangat menentukan perilaku hygiene. (Notoatmodjo, S, 2014). Sikap tentang pentingnya kebersihan memengaruhi motivasi seseorang untuk menerapkan hygiene. (Azwar, S, 2015). Ketersediaan air bersih, kondisi sanitasi, ventilasi, dan kepadatan hunian sangat berpengaruh terhadap praktik personal hygiene. (Potter, P. A., & Perry, A. G, 2017). Pendapatan dan tingkat pendidikan memengaruhi kemampuan seseorang menyediakan perlengkapan personal hygiene (sabun, sampo, pembalut, pakaian bersih). (*World Health Organization*,

2018).

Kebersihan yang penting juga selain kebersihan diri adalah kebersihan lingkungan, karena dengan lingkungan yang bersih dan sehat akan bisa mencegah penyakit akibat lingkungan yang tidak baik seperti penyakit Demam Berdarah Dengue (DBD), Diare dll. Bila perilaku masyarakat tidak baik dalam kegiatan pencegahan DBD karena kurangnya pengetahuan dan sikap maka akan berdampak terhadap tingginya kasus DBD dan resiko meningkatnya jumlah kematian akibat DBD yang akhirnya dapat berimplikasi luas terhadap kerugian material dan moral (Rojali dan Amalia, 2020 dalam Dewi Ni Kadek, Satrianai Ni Luh, Pranata, 2022). Penyakit tersebut bisa dicegah dengan menciptakan lingkungan sekitar kita dan perilaku kita yang bersih dan sehat, seperti cuci tangan pakai sabun dan air bersih yang mengalir, mencegah sarang nyamuk dan lain sebagainya. Salah satu strategi yang efektif yaitu Gerakan Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) melalui pendekatan 3M Plus. (Pramudita R, Waluyo W, Aprilianti Y, dkk, 2024). PSN 3M Plus meliputi 3M yaitu menguras, menutup rapat tempat penampungan air dan memanfaatkan kembali barang bekas yang berpotensi sebagai perkembangbiakan nyamuk penular DBD. Arti Plus yaitu mengganti air vas bunga, minuman burung, memperbaiki saluran dan talang air rusak, membersihkan tempat yang dapat menampung air seperti pelepah pisang, pekarangan dan kebun, memelihara ikan cupang, ikan kepala timah, menggunakan obat anti nyamuk melakukan larvasidasi. (Kurniawati, Sutriyawan dan Rahmawati, 2020 dalam Suriawan A, 2021). Respon aktif dan partisipasi masyarakat menjadi kunci keberhasilan usaha pencegahan DBD dengan melakukan pemberantasan sarang

nyamuk, mengurangi densitas vektor dan selalu menjaga lingkungan agar tetap bersih. (Meiliyana L, Damayanti R, Zakianis Z, 2020, dalam Sutriyawan, dkk, 2022). Data media Harianjogja.com dari Dinkes Sleman menjelaskan bahwa ada kenaikan kasus Demam Berdarah Dengue (DBD) pada tahun 2024.

Pada musim penghujan, masalah yang sering terjadi yaitu ada genangan – genangan air di halaman rumah atau gedung, hal ini perlu dibersihkan agar tidak menjadi sarang nyamuk penyebab penyakit Demam Berdarah mencapai 675 pasien dibanding tahun sebelumnya yang hanya 146 pasien, salah satu penyebabnya akibat kenaikan suhu global. Kasus DBD sering terjadi pada bulan Mei, Juni dan Juli. Kepanewonan Prambanan dan Depok menjadi lokasi terbanyak kasus DBD tahun 2024. (Pramono, A Y, Herawati, M, 2025). Salah satu aset bangsa yaitu anak dan remaja (usia sekolah) merupakan generasi penerus keberadaannya sebuah bangsa, oleh karena itu perlu dijaga dengan memberikan pengetahuan sejak usia tersebut. Gangguan kesehatan yang diakibatkan kurang kebersihan diri dan lingkungan, bisa dialami oleh anak dan remaja. Berbagai usaha dalam sosialisasi pada generasi penerus bangsa tentang penanganan gangguan kesehatan pada anak dan remaja perlu dilakukan di berbagai tempat yang mempunyai perkumpulan anak dan remaja, seperti di SMK atau SMK dan setingkatnya. Sosialisasi ini menjadi semakin penting bagi anak-anak atau remaja dalam mengambil langkah guna menghindari gangguan kesehatan terkait dengan kebersihan diri dan kebersihan lingkungan. SMK merupakan tempat mendidik serta mengasuh anak dan remaja menjadi anak yang baik dan berguna bagi orang tua, negara dan masyarakat, sehingga

para siswanya penting untuk mendapatkan pengetahuan tentang kesehatan bagi mereka. Pengetahuan bisa diperoleh melalui pendidikan, penyuluhan, informasi media dan lain sebagainya. Salah satu SMK yang ada di Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, yaitu SMK SADEWA Sleman yang berlokasi di Kabupaten Sleman yang berjarak dari lokasi kampus STIKES Wira Husada Yogyakarta, kurang lebih 2 km.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan pada kegiatan ini adalah pendidikan kesehatan tentang personal hygiene dan pencegahan demam berdarah. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu remaja putra dan putri di SMK Kesehatan Sadewa. Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilaksanakan tanggal 30 Juli 2025 dengan jumlah peserta 41 remaja di SMK Sadewa. Media yang digunakan dalam penyuluhan adalah Laptop, LCD, Power Point, Flyer, microfon dan speaker. Metode yang digunakan yaitu *pre test* – penyuluhan – *post test*.

Pelaksanaan kegiatan ini ada 2 tahap yaitu : tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Pada tahap persiapan, tim penyuluh menyusun proposal dan melakukan koordinasi dengan lahan terkait ijin pemakaian lokasi pelaksanaan untuk pengabdian masyarakat Tahap pelaksanaan kegiatan, diawali dengan *pre test* lebih dahulu dengan memberikan kuesioner berupa pertanyaan terbuka kepada responden perihal pencegahan demam berdarah. Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan pemberian penyuluhan terkait pencegahan DBD dan personal hygiene. Penjelasan materi dengan menggunakan metode ceramah dan dilanjutkan dengan diskusi.



Gambar Penyuluhan Kesehatan

Setelah selesai penyuluhan, pemateri memberikan kesempatan bertanya dan melakukan *post test* dengan memberikan kuesioner kembali kepada peserta penyuluhan kesehatan. Evaluasi dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada peserta secara lisan penyuluh juga memberikan kuesioner. Ada tiga peserta yang mampu menjawab dengan benar dan tepat. Selanjutnya, diberikan buku bacaan kepada pihak SMK Sadewa.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat (Pengabmas) berupa penyuluhan kesehatan dan tanya jawab di SMK Kesehatan Sadewa Sleman diikuti oleh siswa dan siswi kelas XII sejumlah 42 orang. Kegiatan tersebut dilaksanakan di ruang praktik laboratorium SMK Kesehatan Sadewa Sleman. Penyuluhan yang disampaikan dengan tema tentang Personal Hygiene dan Pencegahan Demam Berdarah oleh civitas akademika STIKES Wira Husada. Kegiatan penyuluhan kesehatan pada kegiatan pengabdian masyarakat tersebut dilakukan mulai kurang lebih jam 09.00 sampai selesai jam 11.45. Waktu pelaksanaan penyuluhan sudah direncanakan sebelumnya oleh Tim Pengabdian Masyarakat. Para perwakilan siswa SMK Kesehatan Sadewa sudah mendapat pemberitahuan tentang kegiatan yang akan dilakukan oleh Tim Pengabdian masyarakat STIKES Wira Husada, sehingga kegiatan ini telah melalui perencanaan sebelumnya dari Tim Pengabmas. Kami Tim Pengabmas diberikan tugas oleh pimpinan STIKES Wira Husada untuk melakukan pengabdian masyarakat pada siswa siswa SMK Kesehatan Sadewa di Sleman DIY.

Hasil observasi yang bisa kami lakukan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, bahwa para siswa SMK Kesehatan Sadewa tampak mengikuti kegiatan dengan baik, ditunjukkan dengan : mendengarkan materi penyuluhan tentang personal hygiene dan pencegahan demam berdarah yang diberikan oleh pemateri. Pada saat sesi tanya jawab, ada beberapa siswa bertanya dan bisa menjawab pertanyaan yang diberikan dengan benar oleh pemateri. Hal tersebut menunjukkan adanya antusias dari perwakilan siswa SMK Kesehatan Sadewa dalam mengikuti kegiatan penyuluhan kesehatan dan siswa mampu memahami materi yang telah disampaikan dengan baik.

Pemateri dalam kegiatan penyuluhan kesehatan tentang personal hygiene, yaitu Novi Istanti, S.Kep. Ns. M.Kep, pemateri tentang penyakit demam berdarah dan cara pencegahannya yaitu Antok Nurwidi Antara, S.Kep. Ns., M.Kep, Moderator kegiatan yaitu Patria Asda, S.Kep. Ns. M.P.H. sedangkan mahasiswa yang terlibat yaitu Fitria dan Putri sebagai dokumenter, petugas presensi dan pembagian kuesioner. Tim pemateri pengabdian masyarakat melakukan kegiatan penyuluhan kesehatan kepada siswa SMK Kesehatan Sadewa yang hadir di lokasi Sekolah bertempat di ruang praktik.

Kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan dengan telah melalui koordinasi dengan guru SMK Kesehatan Sadewa dalam hal tempat dan waktu pelaksanaannya, dan mendapat izin dari pihak Sekolah. Tim pengabdian masyarakat menyampaikan materi menggunakan media laptop, LCD, mikropon dan pointer untuk memudahkan penyampaian materi.

Kegiatan penyuluhan ini kami tim penyuluh telah mengajak mahasiswa STIKES Wira Husada untuk terlibat dalam hal dokumentasi, presensi dan pembagian

kuesioner.

Tabel 2.

Rekapan skor Pre test isian kuesioner dari peserta penyuluhan Kesehatan

No	Rerata Skor Pre Tes	Rerata Skor PostTes	Keterangan
1	Personal Hygine	Personal Hygiene	
	9,24	9,21	Turun 0,03
2	Pengetahuan Pencegahan DBD	Pengetahuan Pencegahan DBD	
	8	8,21	Naik 0,21
3	Sikap Pencegahan DBD	Sikap Pencegahan DBD	
	37,86	40,83	Naik 3,03

Hasil skor tersebut menunjukkan rekapan jumlah skor total isian kuesioner dari peserta penyuluhan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan. Skor total peserta ada yang naik lebih besar yaitu tentang : pengetahuan pencegahan DBD naik 0,21 poin dan Sikap Pencegahan DBD naik 3,03 poin, hal ini menunjukkan bahwa tujuan penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan telah tercapai Sebagian, karena ada skor total yang turun, namun turunnya relative kecil yaitu 0,03 poin, yaitu tentang personal hygiene.

Materi penyuluhan berupa *power point* tentang personal hygiene dan pencegahan demam berdarah disampaikan dengan media LCD dan laptop, kami juga memakai media speaker dan mikropon untuk menyampaikan materi kepada peserta penyuluhan, serta *flyer* tentang materi tersebut. Para peserta penyuluhan kami berikan buah untuk menambah nutrisi vitamin C secukupnya. Selanjutnya kepada pihak sekolah kami berikan beberapa buku literatur tentang kesehatan dan sosial yang

bisa dimanfaatkan oleh guru dan siswa SMK Kesehatan Sadewa.

Kemudian kegiatan penyuluhan selesai, lalu tim pengabdian masyarakat berfoto bersama dengan para peserta penyuluhan kesehatan. Selanjutnya tim pengabmas mengemasi alat-alat yang telah dipakai kegiatan selanjutnya dikembalikan ke tempat semula, serta berpamitan dengan pihak guru dan siswa yang terlibat kegiatan penyuluhan kesehatan.

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa : penyuluhan kesehatan tentang pencegahan demam berdarah dan personal hygiene di SMK Kesehatan Sadewa, telah dilakukan, berikut evaluasi kegiatannya:

1. Data Subyektif, yang diperoleh seperti, dari guru SMK Kesehatan Sadewa menyampaikan: “Terimakasih atas kegiatan penyuluhan yang dilakukan dan bantuan yang diberikan.”
2. Data obyektif, yang didapat :
 - Jumlah siswa panti asuhan yang hadir ada 42 orang, mahasiswa ada 2 orang dan dosen 3 orang.
 - Para siswa SMK Kesehatan Sadewa sebagai peserta penyuluhan tampak mengikuti penyampaian materi dengan baik dan sambil duduk lesehan di ruang praktik siswa.
3. Jumlah Skor Total isian kuesioner dari peserta penyuluhan kesehatan ada yang naik lebih besar, namun ada yang turun.
4. Media yang digunakan berupa Power Point, Flyer, LCD, Laptop, speaker dan microphone. Ada peserta yang bertanya dan peserta yang menjawab pertanyaan dari pemateri dengan benar.
5. Analisa: Tujuan kegiatan yaitu mengaplikasikan ilmu kesehatan kepada masyarakat melalui kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan demam berdarah dan personal hygiene untuk meningkatkan pengetahuan siswa SMK

Kesehatan Sadewa tentang materi tersebut telah tercapai, terlihat bahwa setelah diberikan pertanyaan secara lisan oleh pemateri, peserta penyuluhan mampu menjawab dengan benar pertanyaan yang di berikan, ketika penyampaian materi tampak peserta mendengarkan penyuluhan dengan baik dan dari jumlah skor total kuesioner dari peserta ada banyak peningkatan. Para peserta penyuluhan diberikan buah untuk tambahan nutrisi dan flyer tentang materi yang disampaikan.

6. Rencana lanjutan (*Planning*) : antara lain: laporan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan diwilayah SMK Kesehatan Sadewa akan dikomunikasikan setelah selesai disusun dan di sahkan oleh pihak terkait.

SIMPULAN

Pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa : kegiatan penyuluhan kesehatan tentang pencegahan demam berdarah dan personal hygiene kepada siswa di SMK Kesehatan Sadewa telah dilakukan dengan baik, sebagai kegiatan dalam mengaplikasikan ilmu kesehatan dari tim pengabdian masyarakat dan mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang pencegahan demam berdarah dan sikap pencegahan demam berdarah.

DAFTAR PUSTAKA

- Azwar, S. (2015). *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya* (2nd ed.). Pustaka Pelajar.
- Dewi Ni Kadek, Satriani Ni Luh, Pranata Gst. Kade, 2022, ‘Hubungan Pengetahuan dan Sikap terhadap Perilaku Pencegahan Demam Berdarah Dengue pada Masyarakat di Kabupaten Buleleng’, *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, VOL. 6

NO. 1 April 2022

Kementerian Kesehatan Republik
Indonesia, 2011, *Pedoman Perilaku
Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*.
Kemenkes RI, Jakarta

Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN)
melalui 3m Plus', Prosiding
Seminar Nasional LPPM UMJ
Website:
[http://jurnal.umj.ac.id/index.php/se
mnaskat](http://jurnal.umj.ac.id/index.php/se
mnaskat) ' diakses tgl 7 Juni 2025.

Pramono, A Y, Herawati, M, 2025,
'Harian Jogja: Suhu Udara Panas
Picu Lonjakan Kasus DBD di
Sleman hingga 675 Pasien' dari
website
[https://m.harianjogja.com/jogjapolit
an/read/2025/02/06/512/1203302/su
hu-udara-panas-picu-lonjakan-
kasus-dbd-di-sleman-hingga-675-
pasien](https://m.harianjogja.com/jogjapolit
an/read/2025/02/06/512/1203302/su
hu-udara-panas-picu-lonjakan-
kasus-dbd-di-sleman-hingga-675-
pasien) , diakses tanggal 22 April
2025

Pramudita R, Waluyo W, Aprilianti Y,
dkk, 2024, 'Pencegahan Demam
Berdarah Dengan Gerakan

Potter, P. A., & Perry, A. G. (2017),
Fundamentals of Nursing (9th ed.).
Elsevier.

Suriawan A, 2021, 'Pencegahan Demam
Berdarah Dengue (DBD) Melalui
Pemberantasan Sarang Nyamuk',
*Journal of Nursing and Public
Health Vol. 9 No. 2 Oktober 2021*

Sutriawan A, dkk, 2022, 'Faktor yang
Mempengaruhi Pemberantasan
Sarang Nyamuk (PSN) Melalui 3M
Plus dalam Upaya Pencegahan
Demam Berdarah Dengue (DBD)

Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku
Kesehatan*. Rineka Cipta

World Health Organization. (2018).
*Guidelines on sanitation and
health*. WHO Press.