



## Enhancing Early Childhood Health Through Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) Education Using the Drill Method In The Rubiq Program

*Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini Melalui Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Metode Drill Di Program Rubiq*

**Scope:**  
Health

Kemal Al Varazy<sup>1</sup>, Icha Raisa Nurhadi<sup>2</sup>, Galang Prasanjaya<sup>3</sup> Ida Zuhroidah<sup>4\*</sup>

<sup>1</sup>Department of Mathematics, Faculty of Mathematics and Natural Sciences, University of Jember, Jember-Indonesia

<sup>2</sup>Department of Public Administration, Faculty of Social and Political Sciences, University of Jember, Jember-Indonesia

<sup>3</sup>Department of Information Technology, Faculty of Computer Science, University of Jember, Jember-Indonesia

<sup>4</sup>Department of Nursing Sciences, Faculty of Nursing, University of Jember, Jember-Indonesia

### ABSTRACT

The program called Rumah Belajar Asiq (RUBIQ) aims to improve the health of young children through education on Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) using the drill method. This activity was carried out by the KKN 241 University of Jember Group at RA Al-Hikmah and PAUD Bendera Bangsa. The drill method is applied to teach practical skills, such as washing hands and brushing teeth properly. The results of this activity showed significant improvements in children's understanding and skills, with an average score increase of 30% for washing hands and 40% for brushing teeth. The drill method has proven to be effective in increasing children's knowledge and skills and forming healthy habits from an early age, which contributes to improving the quality of public health.

### ARTICLE INFO

Received 10-09-2024  
Accepted 5-12-2024  
Online

\*Correspondence  
(Korespondensi):

E-mail:ida.akper@unej.ac.id

**Keywords:** Child, Health, PHBS, Drill, RUBIQ

### ABSTRAK

Program bernama Rumah Belajar Asiq (RUBIQ) bertujuan untuk meningkatkan kesehatan anak usia dini melalui edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menggunakan metode drill. Kegiatan ini dilaksanakan oleh Kelompok KKN 241 Universitas Jember di RA Al-Hikmah dan PAUD Bendera Bangsa. Metode drill diterapkan untuk mengajarkan keterampilan praktis, seperti mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan keterampilan anak-anak, dengan peningkatan skor rata-rata sebesar 30% untuk mencuci tangan dan 40% untuk menggosok gigi. Metode drill terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak-anak serta membentuk kebiasaan sehat sejak dini, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

**kunci:** Anak, Kesehatan, PHBS, Drill, RUBIQ

AgroNurse Kesehatan (Jurnal Pengabdian Masyarakat) p-ISSN:3032-3215; e-ISSN: 3032-3231

DOI: <https://doi.org/10.19184/ank.v2i2.1569>

Open access under Creative Commons Attribution-Non Commercial-Share A like 4.0 International License

(CC-BY-NC-SA) 

## PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya penting dalam meningkatkan derajat kesehatan dan kualitas hidup masyarakat. Penerapan PHBS dapat dilakukan di berbagai lingkungan, termasuk keluarga, sekolah, tempat kerja, dan masyarakat umum. PHBS bertujuan untuk menyadarkan individu agar menerapkan perilaku bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari (Hartaty, & Menga, 2022; Afandi, et al., 2023). Melalui penerapan PHBS, tidak hanya kesadaran masyarakat akan pentingnya kebersihan yang meningkat, tetapi juga kesesuaian dengan standar kesehatan yang ditetapkan. PHBS berupaya menyadarkan keluarga dan anggota keluarga untuk memiliki kemauan dan kemampuan dalam menerapkan kebiasaan sehat (Amalia, et al., 2024; Kurniawan, et al., 2024).

Penerapan PHBS memiliki manfaat yang luas, mulai dari memelihara dan meningkatkan kesehatan anggota keluarga hingga mencegah penyakit dan melindungi diri dari infeksi. Selain itu, keikutsertaan keluarga dalam menerapkan PHBS juga berkontribusi pada kesehatan masyarakat secara keseluruhan (Merdekawati et al., 2022; Kurniawan, et al., 2023). Dengan adanya penerapan PHBS yang konsisten, diharapkan dapat terwujud keluarga yang sehat dan lingkungan yang bersih serta sehat (Lestyoningsih, & Ula, 2024; Rosyidah, et al., 2024).

Program Rumah Belajar ASIQ (RUBIQ) yang dilakukan oleh Kelompok KKN 241 Universitas Jember bertujuan untuk mendukung penerapan PHBS sejak usia dini, khususnya di kalangan anak-anak usia RA dan PAUD. Dengan menanamkan kebiasaan PHBS sejak dini, diharapkan dapat terbentuk generasi yang lebih sadar akan pentingnya kesehatan pribadi dan lingkungan. Salah satu fokus utama dari program RUBIQ ini adalah memberikan edukasi tentang cara mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar kepada anak-anak di RA Al-Hikmah dan PAUD Bendera Bangsa.

Manfaat dari kegiatan ini sangatlah penting, tidak hanya untuk meningkatkan kesadaran anak-anak tentang pentingnya kebersihan, tetapi juga untuk memberikan keterampilan praktis yang dapat mereka terapkan dalam kehidupan sehari-hari (Parlin, et al., 2024). Masalah kesehatan seperti penyakit infeksi yang ditularkan melalui tangan yang kotor dan kesehatan gigi yang buruk dapat dicegah dengan pengetahuan yang tepat dan praktik yang baik. Dengan demikian, program ini tidak hanya berkontribusi pada peningkatan kesehatan individu tetapi juga pada kesehatan masyarakat secara keseluruhan (Kurniasari, et al., 2022).

## METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan RUBIQ adalah metode *drill*. Metode ini efektif dalam meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor anak-anak, terutama dalam penguasaan keterampilan praktis seperti mencuci tangan dan menggosok gigi. Menurut Hamdani (2011), metode *drill* dapat meningkatkan kemampuan peserta didik dalam menguasai keterampilan secara permanen. Sementara itu, Sagala (2017) menekankan bahwa metode *drill* adalah sarana yang efektif untuk memperoleh ketangkasan dan keterampilan.

Kegiatan dilakukan dalam beberapa tahapan. Pertama, pengambilan data awal dilakukan dengan observasi dan wawancara singkat untuk mengetahui pengetahuan awal anak-anak tentang PHBS. Setelah itu, dilakukan pre-test untuk mengukur pemahaman anak-anak mengenai cara mencuci tangan dan menggosok gigi. Materi edukasi diberikan melalui demonstrasi langsung oleh para anggota KKN, disertai dengan praktik oleh anak-anak yang dipandu secara individual.

Peralatan yang digunakan dalam kegiatan ini meliputi media visual seperti poster dan video edukasi, serta peralatan praktik seperti sabun cuci tangan, air bersih, sikat gigi, dan pasta gigi. Setelah kegiatan edukasi dan praktik selesai, dilakukan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan dan keterampilan anak-anak. Sikat gigi gratis juga dibagikan sebagai bagian dari kampanye PHBS.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari kegiatan ini menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan keterampilan anak-anak tentang PHBS, khususnya dalam hal mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test, terjadi peningkatan skor rata-rata sebesar 30% pada pemahaman anak-anak tentang cara mencuci tangan yang benar, dan peningkatan sebesar 40% pada pemahaman tentang cara menggosok gigi yang benar.

Pembahasan lebih lanjut menunjukkan bahwa metode *drill* yang diterapkan dalam kegiatan ini sangat efektif dalam membantu anak-anak menguasai keterampilan dasar yang diperlukan untuk menjaga kebersihan diri. Sejalan dengan literatur yang ada, metode *drill* terbukti dapat meningkatkan keterampilan secara permanen (Hamdani, 2011), dan hal ini terlihat dari peningkatan signifikan dalam hasil post-test. Selain itu, anak-anak juga menunjukkan antusiasme yang tinggi selama proses pembelajaran, yang menunjukkan bahwa metode ini juga efektif dalam meningkatkan motivasi belajar anak-anak.

Kegiatan ini juga berhasil mencapai tujuan yang diharapkan, yaitu meningkatkan kesadaran dan keterampilan anak-anak tentang pentingnya PHBS. Hal ini penting mengingat kebiasaan baik yang ditanamkan sejak dini cenderung bertahan hingga dewasa, yang pada akhirnya akan berkontribusi pada peningkatan kualitas kesehatan masyarakat.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan edukasi PHBS melalui program RUBIQ berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak-anak dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan metode *drill*, anak-anak dapat menguasai keterampilan mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar, yang berdampak positif pada pembentukan kebiasaan sehat sejak dini. Program ini menunjukkan bahwa pendekatan edukasi yang tepat dapat berkontribusi signifikan dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kami mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah berperan penting dalam terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini, termasuk pihak RA Al-Hikmah dan PAUD Bendera Bangsa yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk kegiatan ini. Penulis juga menyatakan tidak ada konflik kepentingan dengan pihak-pihak yang terkait dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Afandi, A., Nur, K. R. M., Kurniawan, D. E., & Kurniyawan, E. H. (2023). Clean and Healthy Living Behavior (Washing Hands with Soap) with a Peer Group Support Approach to the Community. *International Journal of Community Services*, 1(1), 22-27.
- Amalia, A. A., Tiwery, I. B., Widiarsari, F. E., & Purnamasari, J. (2024). *Permasalahan dan Kebutuhan Kesehatan Terkait Pencegahan Stunting*. Penerbit NEM.
- Hamdani. 2011. Strategi belajar mengajar. Pustaka Setia.
- Hartaty, H., & Menga, M. K. (2022). Pemberdayaan masyarakat melalui penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan derajat Kesehatan masyarakat. *Abdimas Polsaka: Jurnal*

- Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 16-21.
- Kurniasari, F., Safitri, F., & Dzulharizq, M. R. (2022). Urgensi Penyuluhan Kesehatan dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Tengah Pandemi Covid-19. *PROCEEDINGS UIN SUNAN GUNUNG DJATI BANDUNG*, 2(6).
- Kurniawan, D. E., Kurniyawan, E. H., Rivaldi, M. F., Fahrezi, R. Y., Aprianti, S. R., Afandi, A. T., & Nur, K. R. M. (2023). Personal Hygiene Reduces the Risk of Soil-Transmitted Helminth Worm Infection. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 1(6), 656-664.
- Kurniyawan, E. H., Zein, A. H. A., Novianti, S. A., Nintiarso, I. D., Nur, K. R. M., Kurniawan, D. E., ... & Zuhroidah, I. (2024). Clean and Healthy Living Behavior to Prevent Acute Respiratory Infection among Farmer's Families. *Health and Technology Journal (HTechJ)*, 2(4), 424-433.
- Lestyoningsih, I. H., & Ula, W. S. D. (2024). Partisipasi Masyarakat Dalam Pengabdian Masyarakat Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Lingkungan. *Tekso: Jurnal Pengabdian Teknik, Ekonomi dan Sosial*, 1(1), 27-43.
- Merdekawati, D., Astuti, A., & Puspita, M. (2022). Penggunaan drill method dalam perilaku hidup bersih dan sehat sebagai pencegahan COVID-19. *Jurnal Inovasi Hasil Pengabdian Masyarakat (JIPEMAS)*, 5(2), 331-342.
- Parlin, W., Fitri, S., Devi, A., Wandafa, S. A., Romona, R., Laura, A. P., & Rena, T. (2024). Asistensi Mengajar di Tk Kemala Bhayangkari 02 Mengenai Pentingnya Cuci Tangan Menggunakan Sabun. *Jurnal Medika: Medika*, 3(2), 264-267.
- Rosyidah, K., Maulidia, A., Indrasasi, A. S. R., Kurniyawan, E. H., Afandi, A. T., Nur, K. R. M., & Kurniawan, D. E. (2024). Personal Hygiene Practices To Reduce The Risk Of Soil-Transmitted Helminth Infection In Farmers. *International Journal of Midwifery and Health Sciences*, 2(2), 164-175.
- Sagala, S. 2017. Konsep dan makna pembelajaran : untuk membantu memecahkan problematika belajar dan mengajar(13th ed.). Alfabeta.