
Penggunaan Metode *Role Play* dalam Meningkatkan Promosi Kesehatan terhadap Perilaku *Personal Hygiene* Anak Usia Sekolah

Nur Khalilah^{1*}, Mohamad Nur², Suraying³, Mukhlis Hidayat⁴, Nova Purmahardini⁵

^{1,2,3,4} D3 Nursing Study Program, Department of Health, Madura State Polytechnic

⁵ D3 Midwifery Study Program, Aifa Husada Midwifery Academy

*Email Korespondensi : ila@poltera.ac.id

Submitted : 03/03/2025

Accepted: 28/08/2025

Published:20/09/2025

Abstract

Personal hygiene is personal hygiene and health that aims to prevent disease in oneself and others. Purpose: This study is to determine the effect of health education role play method on changes in personal hygiene behavior in children. Method: in this study using Quasi experimental using the research design used is one group pre test - post test design. with data analysis using the wilcoxon test. The sample was taken with purposive sampling technique as many as 36 students from the population of all students of SD Negeri Tanjung 5 Pademawu pamekasan as many as 95 students. The research instrument used was a questionnaire as a pre-test and post-test The research instrument used was a questionnaire as a pre-test and post-test instrument, while this study used Wilcoxon test analysis with a significance of <0.05 to determine changes in knowledge, attitudes, and hygiene behaviors among elementary school children at SD Negeri Tanjung 5 Pademawu Pamekasan. Results: wilcoxon test obtained $P = 0.00$ means $P < 0.05$ which means there is a significant difference in knowledge, attitudes and actions before and after the intervention, which means there is an effect of using the role play method on knowledge, attitudes and actions in personal hygiene of students at SD Negeri Tanjung pademawu Pamekasan. Conclusion: Therefore, it is necessary to conduct health education to students regarding personal hygiene, and evaluate its implementation so that it is useful to improve clean and healthy living behavior, students can be more active in increasing knowledge, attitudes and skills regarding personal hygiene so that it can be applied in everyday life.

Keywords: *children, personal hygiene, role play*

Abstrak

Personal hygiene adalah kebersihan dan kesehatan diri sendiri yang bertujuan untuk mencegah terjadinya penyakit pada diri sendiri dan orang lain. Tujuan: Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan metode role play terhadap perubahan perilaku personal hygiene pada anak. Metode: pada penelitian ini menggunakan Quasi eksperimental dengan desain penelitian yang digunakan adalah one group pre test - post test design. Sampel diambil dengan teknik purposive sampling sebanyak 36 siswa dari populasi seluruh siswa SD Negeri Tanjung 5 Pademawu pamekasan sebanyak 95 siswa. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner sebagai instrumen pre-test dan post-test sedangkan penelitian ini menggunakan analisis uji Wilcoxon dengan kemaknaan < 0,05 untuk mengetahui perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan perilaku kebersihan diri pada anak sekolah dasar di SD Negeri Tanjung 5 Pademawu Pamekasan. Hasil: uji wilcoxon diperoleh nilai $P = 0,00$ berarti $P < 0,05$ yang berarti ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan, sikap dan tindakan sebelum dan sesudah intervensi, yang berarti ada pengaruh penggunaan metode role play terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan dalam kebersihan diri siswa di SD Negeri Tanjung pademawu. Pamekasan. Kesimpulan: Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan kepada siswa mengenai kebersihan diri, dan dievaluasi pelaksanaannya sehingga bermanfaat untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat,

siswa dapat lebih aktif dalam meningkatkan pengetahuan, sikap dan ketrampilan mengenai kebersihan diri sehingga dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari.

Kata Kunci: Role Play, Personal Hygiene, Anak Usia Sekola

PENDAHULUAN

Personal hygiene adalah kebersihan dan kesehatan individu yang bertujuan untuk mencegah penyakit pada diri sendiri dan orang lain, baik secara fisik maupun psikologis, yang meliputi perawatan kulit kepala, rambut, mata, hidung, telinga, kuku, kulit, tangan, kaki, dan area genital (Silalahi, V., & Putri, R. M. 2018). Perilaku kebersihan pribadi yang buruk berkontribusi pada penyebaran penyakit menular Metode Role Play telah digunakan sebagai strategi pendidikan untuk meningkatkan kesadaran kesehatan. Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki efektivitas metode Role Play dalam meningkatkan perilaku personal hygiene pada anak-anak usia sekolah dasar. Personal hygiene adalah upaya individu atau kelompok dalam menjaga kesehatan melalui kebersihan. Personal hygiene adalah upaya individu dalam menjaga kebersihan pribadi, termasuk mandi, kebersihan kulit, gigi, mulut, mata, hidung, telinga, rambut, kaki, kuku, dan area genital (Puspita, 2017).

Anak-anak berusia 6 hingga 12 tahun atau masa kanak-kanak akhir dan berada di sekolah dasar serta mengalami perkembangan sosial. Pada usia ini, orang tua tidak lagi sepenuhnya mengawasi setiap aktivitas anak-anak mereka. Pada periode ini, anak-anak mulai belajar beradaptasi dengan lingkungan sekitar dan cenderung lebih aktif untuk mengembangkan rasa ingin tahu yang besar, serta bergaul dengan teman sebaya. Karena hal ini, anak-anak sering mengabaikan kebersihan tubuh, perilaku sehat, dan kebiasaan bersih (Puspita, 2017).

Personal hygiene adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan komunitas sekolah agar mengetahui,

menginginkan, dan mampu mempraktikkan cara menjaga hygiene pribadi serta aktif dalam mewujudkan sekolah sehat, sehingga menciptakan sekolah yang bersih dan sehat, yang berdampak pada siswa, guru, dan komunitas sekolah yang terlindungi dari berbagai ancaman dan gangguan penyakit (Anggraini, S. N., Aprillia, C., & Marpaung, B. 2019).

Layanan kesehatan pada anak sekolah dasar meliputi peningkatan derajat kesehatan dan kemampuan untuk hidup sehat atau kebersihan pribadi siswa. Kebersihan pribadi pada anak usia sekolah dasar di Indonesia berpotensi menyebabkan masalah kesehatan, seperti infeksi pernapasan, anemia, penyakit kulit, cacangan, dan diare. Anak usia sekolah dasar yang tidak memahami dengan baik cara menjaga kebersihan pribadi, terutama kebersihan tangan, berpotensi menyebabkan cacangan. Selain helminthiasis, penyakit lain yang juga disebabkan oleh kebersihan pribadi yang buruk adalah penyakit kulit. Kebersihan pribadi yang buruk pada anak-anak juga dapat menyebabkan diare (Kusuma, A. N. 2019).

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi eksperimental, yaitu penelitian eksperimental yang dilakukan pada satu kelompok saja yang disebut kelompok eksperimen tanpa kelompok perbandingan atau kelompok kontrol. Desain penelitian yang digunakan adalah desain satu kelompok pre-tes dan post-tes dengan analisis data menggunakan uji Wilcoxon dengan tingkat signifikansi $<0,05$. Penelitian ini dilakukan di SD Negeri Tanjung 5

Pademawu Pamekasan pada bulan Agustus - September 2024. Populasi penelitian ini adalah siswa kelas 5 dan 6 sebanyak 36 orang dengan total populasi sampel. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 3 kuesioner, yaitu kuesioner pengetahuan di mana peneliti menggunakan skala Guttman, yaitu benar = 1 dan salah = 0 dengan kriteria baik (76-100%), cukup (56-75%), dan kurang (<56%). Kuesioner sikap yang dikembangkan oleh Prasetyo (2016) terdiri dari 20 pertanyaan. Penilaian pada kuesioner sikap menggunakan skala Likert. Lembar observasi yang diambil dari Prasetyo (2016) merupakan kuesioner ketiga yang digunakan untuk menilai tindakan terkait (Prasetyo, W. H. 2016).

HASIL

PENGETAHUAN

Tabel 1. Perubahan pengetahuan responden sebelum dan setelah tindakan Role Play terhadap Personal hygiene anak usia sekolah dasar di Tanjung 5 Pademawu Pamekasan

Category Knowledge	Pre		Post		P-Value
	f	%	f	%	
Good	2	5,6	21	58,3	0,00
Enough	11	30,6	15	41,7	
Less	23	63,8	0	0	
Total	36	100	36	100	

Dari Tabel 1, terdapat perubahan tingkat pengetahuan siswa sebelum tindakan Role Play, yaitu sebagian besar pengetahuan masih rendah sebesar 63,8%. Setelah tindakan, sebagian besar pengetahuan menjadi baik sebesar 58,3%. Hasil uji Wilcoxon dengan $P = 0,00$ berarti $P < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan dalam pengetahuan sebelum dan setelah intervensi, yang berarti terdapat efek penggunaan metode Role Play terhadap perubahan

pengetahuan siswa di SD Negeri 5 Tanjung Pademawu Pamekasan.

SIKAP

Tabel 2. Perubahan sikap responden sebelum dan setelah tindakan Role Play terhadap Personal hygiene anak usia sekolah dasar di SD Negeri Tanjung 5 Pademawu Pamekasan

Category Attitude	Pre		post		P-Value
	f	%	f	%	
Positive	4	11,1	31	86,1	0,00
Negative	32	88,9	5	13,9	
Total	36	100	36	100	

Dari Tabel 2, ditemukan bahwa perubahan sikap siswa sebelum dan setelah Role Play menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki sikap negatif sebesar 88,9% sebelum Role Play, dan sebagian besar memiliki sikap positif sebesar 86,1% setelah Role Play.

Hasil uji Wilcoxon dengan $P = 0,00$ berarti $P < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara sikap sebelum dan setelah Role Play, yang berarti terdapat pengaruh penggunaan metode Role Play terhadap perubahan sikap siswa di SD Negeri Tanjung Pademawu Pamekasan.

TINDAKAN

Tabel 3. Perubahan tindakan responden sebelum dan setelah penerapan metode Role Play dalam Personal hygiene anak usia sekolah dasar di SD Negeri Tanjung 5 Pademawu Pamekasan

Kategori Action	Pre		Post		P-Value
	f	%	f	%	
Good	0	0	25	69,4	0,00
Enough	7	19,4	11	30,6	
Less	29	80,6	0	0	
Total	36	100	36	100	

Dari Tabel 3 di atas, ditemukan bahwa perubahan dalam tindakan Personal hygiene siswa, sebelum diberikan Role Play, sebagian besar buruk (80,6%), sedangkan setelah Role Play, sebagian besar baik (69,4%). Hasil uji Wilcoxon

dengan $P = 0,00$ berarti $P < 0,05$, sehingga terdapat perbedaan yang signifikan antara tindakan Personal hygiene sebelum dan setelah Role Play, yang berarti terdapat pengaruh penggunaan metode Role Play terhadap perubahan tindakan Personal hygiene siswa di SD Negeri Tanjung 5 Pademawu Pamekasan.

PEMBAHASAN

PENGETAHUAN

Penerimaan informasi oleh responden didapatkan dari berbagai sumber tentang perawatan diri baik melalui media online atau gadget, serta dari tenaga kesehatan, meskipun hanya beberapa kali. Sehingga, ketika tindakan tersebut diulang melalui metode yang lebih menarik, yaitu peran bermain (role play), siswa dapat langsung mempraktikkan aktivitas Personal hygiene (perawatan diri) dengan benar, sehingga dapat meningkatkan pengetahuan. Hal ini menunjukkan bahwa metode peran bermain (Role play) memiliki pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan responden. Kemampuan kognitif pada anak usia 11-12 tahun sudah cukup untuk menjadi dasar dalam memberikan berbagai keterampilan yang mengembangkan pola pikir atau daya nalar mereka, yaitu peran bermain dengan teman sebaya dalam melakukan konseling kesehatan sehingga dapat menyebabkan peningkatan pengetahuan.

Hasil penelitian serupa juga menyatakan hasil yang sama, di mana setelah diberikan konseling kesehatan, pengetahuan responden meningkat. Amin, M., Saputra, Y., & Vioneery, D. (2019). Hal ini juga sesuai dengan teori karena anak-anak telah memasuki usia 11-12 tahun di mana usia anak secara bertahap memasuki tahap pemikiran logis, masuk akal, dan semakin bersosialisasi atau mampu mempertimbangkan sudut pandang orang lain yang berbeda dari sudut pandangnya sendiri sehingga mempengaruhi pola penyerapan dan

pemikiran seseorang. Semakin tua usia, semakin berkembang pola penyerapan dan pemikiran sehingga pengetahuan meningkat (Soekidjo Notoatmodjo. 2014)

Memberikan pendidikan kesehatan melalui pendidikan personal hygiene bertujuan untuk mengubah perilaku anak-anak melalui peningkatan pengetahuan, perubahan sikap (Ramadhani 2021), dan keterampilan yang terkait dengan perbaikan gaya hidup ke arah yang lebih baik (Nurmala 2020). Penelitian lain menyatakan bahwa metode perubahan tindakan hygiene pribadi siswa di SD Negeri Tanjung 5 Pademawu Pamekasan.

Pengetahuan mempengaruhi Personal hygiene (Sudjana, 2016) tidak hanya pengetahuan, tetapi sikap juga terkait dengan personal hygiene (Limbong, 2018) Pengetahuan juga merupakan salah satu faktor yang membentuk sikap anak-anak dan melalui promosi kesehatan di sekolah akan lebih mendukung dan membentuk anak-anak menjadi siswa yang memiliki karakter untuk menjaga kehidupan yang bersih dan sehat.

SIKAP

Dari hasil penelitian tentang sikap sebelum dan setelah tindakan, ditemukan bahwa terdapat peningkatan sikap positif terkait perilaku personal hygiene. Sikap ini juga relatif besar karena didukung oleh faktor lingkungan sekolah dan tindakan guru yang sering memberikan saran dan memfasilitasi perilaku hygiene pribadi yang baik. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi sikap seseorang, termasuk pengalaman, pengaruh orang lain yang dianggap penting, budaya, media, dan lembaga pendidikan (Azwar, S. 2011)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil uji Wilcoxon sign rank menunjukkan adanya hasil yang signifikan dari program terhadap sikap ($p = 0,03$). Pendidikan dan pelatihan duta lingkungan sehat dengan metode peran dapat meningkatkan sikap terhadap

perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan asrama. Program ini memungkinkan peserta untuk mengembangkan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat yang baik dalam kehidupan sehari-hari sehingga diharapkan dapat mencegah timbulnya penyakit dan meminimalkan penularan penyakit di lingkungan asrama (Lingga Curnia, 2022).

TINDAKAN

Perilaku personal hygiene yang baik pada anak-anak sekolah dasar sangat penting untuk mencegah penyebaran penyakit dan meningkatkan kualitas hidup. Oleh karena itu, perlu dilakukan perubahan ke arah yang lebih baik untuk meningkatkan kesadaran dan praktik hygiene pribadi pada anak-anak usia sekolah dasar, seperti memperkuat pendidikan kesehatan, meningkatkan fasilitas hygiene, dan melibatkan orang tua dan masyarakat dalam proses pendidikan (Depkes, 2018).

Penelitian oleh Rastini dkk menemukan peningkatan tindakan hygiene tangan antara sebelum dan setelah intervensi (Rastini, N.K, Marwati, N.M. 2018). Didukung oleh penelitian dengan desain quasi eksperimental, dari 3 studi, ditemukan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam keterampilan praktik kebersihan tangan pada kelompok intervensi dibandingkan dengan kelompok kontrol (Nuraida, 2015, Mohammadi, 2020, Tamiru, D. dkk. 2017)

Distribusi kuesioner dan observasi dilakukan kembali setelah 2 minggu dengan tahap yang sama, ternyata hasilnya berubah, terdapat beberapa siswa yang pada kegiatan pertama sudah cukup baik namun kurang, hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya pembiasaan harian yang dilakukan oleh guru sehingga siswa mudah lupa. Dari hal ini dapat disimpulkan bahwa batas waktu bagi seorang anak untuk mengingat dengan metode peran bermain pada perilaku

kebiasaan Personal hygiene anak sekolah dasar kurang dari 2 minggu.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil ini, dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode Role play dalam meningkatkan promosi kesehatan memiliki pengaruh terhadap perilaku Personal hygiene anak sekolah dasar.

SARAN

Peneliti kemudian melakukan penelitian terkait intervensi pendidikan kesehatan bagi siswa mengenai Personal hygiene, dan mengevaluasi implementasinya agar bermanfaat untuk meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Amin, M., Saputra, Y., & Vioneery, D. (2019). Pengaruh Edukasi Keluarga Terhadap Kemampuan Keluarga Dalam Merawat Klien Dengan Isolasi Sosial. *Journal of Telenursing (JOTING)*, 1(9), 1689–1699.
<https://doi.org/https://doi.org/10.31539/joting.v1i1>.
- Anggraini, S. N., Aprillia, C., & Marpaung, B. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Saat Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswi SDN 17 Kota Pekanbaru. 665–671.
- Azwar, S. 2011. Sikap dan Perilaku. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya (Edisi 2). Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Depkes. 2018. *Pedoman Pembinaan Prilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Indonesia. Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal. Retrieved from www.depkes.go.id
- K. Ramadhani, H. Khofifah, D. Gizi, and K. Masyarakat, “Edukasi Gizi

- Seimbang sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan pada Remaja di Desa Bedingin Wetan pada Masa Pandemi COVID-19,” *J. Kesehat. Glob.*, vol. 4, no. 2, pp. 66–74, May 2021.
- Kusuma, A. N. (2019). Determinan personal hygiene pada anak usia 9–12 Tahun. *Faletehan Health Journal*, 6(1), 37–44. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i1.47>
- Lingga Curnia, Lailatun Ni'mah, Sylvia Dwi Wahyuni, Ika Nur Pratiwi. 2022. Peningkatan Pengetahuan Dan Sikap Hidup Bersih Dan Sehat Melalui Pelatihan Duta Lingkungan Sehat Pondok Pesantren Di Era Pandemi Covid-19. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* Vol.02, No.01, Januari, 2022, Pp.587-592
- M. Limbong and Mk. C. AKPER Surya Nusantara Pematangsiantar, “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Personal Hygiene Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa,” *Excell. Midwifery J.*, vol. 1, no. 1, pp. 39–45, Jul. 2018, doi: 10.55541/EMJ.V1I1.27.
- Mohammadi, M., Dalvandi, A., dan Chakeri, A. (2020). A Study of Handwashing Training Effect on Awareness, Attitude, and Handwashing Skills of Third Grade Elementary School Students. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 9, (2), 1149-1153
- Nuraida, C., Fauzie, M.M., dan Purwanto. (2015). Penerapan Penyuluhan dengan Metoda Ceramah disertai Demonstrasi untuk Merubah Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Mencuci Tangan Memakai Sabun Siswa Negeri Pujokusuman 1 Kota Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 7, (1), 1-6
- Nurmala, F. Rahman, A. Nugroho, N. Erliyani, N. Laily, and V. Anhar, *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Prasetyo, W. H. 2016. Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Flazle (Flash Card Puzzle Hygiene) terhadap perilaku kebersihan perorangan anak usia Sekolah Dasar. Perpustakaan Universitas Airlangga.
- Prof.Dr.Soekidjo Notoatmodjo. Ilmu Perilaku Kesehatan. Vol. 2. 2014. 79 .
- Puspita, 2017. “Gambaran Personal Hygiene Anak Usia Sekolah Dasar Yang Tinggal Di Sekitar Tpa Ngronggo Salatiga Dhanang Puspita.” *Xxvi*(1):92–110.
- Rastini, N.K, Marwati, N.M. 2018. Perbedaan Penggunaan Metode Ceramah dengan Metode Ceramah Kombinasi Media Video terhadap Pengetahuan dan Tindakan Cuci Tangan Pakai Sabun Siswa. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 8, (1), 13-22
- Silalahi, V., & Putri, R. M. (2018). Personal hygiene pada anak SD Negeri Merjosari 3. *JAPI (Jurnal Akses Pengabdian Indonesia)*, 2(2), 15-23
- Sudjana, I. Afriandi, J. T. B. Djais, P. / Hasan, S. General, and H. Bandung, “Correlation of Personal Hygiene Knowledge, Attitude and Practices among School Children in Sumedang, Indonesia,” *Althea Med. J.*, vol. 3, no. 4, pp. 549– 555, 2016, doi: 10.15850/AMJ.V3N4.937.
- Tamiru, D. et al. 2017. Enhancing Personal Hygiene Behavior and Competency of Elementary School Adolescent Trought Peer-Led Approach and School-Friendly : A Quasi- Experimental Study. *Ethip J Health Sci*, 27, (3), 245-25.