

## **Kepentingan Pendidikan Kesehatan kepada Kanak-kanak dalam Aspek Menjaga Kebersihan Diri untuk Mencegah COVID-19**

*Importance of Health Education among Children in the Aspect of Keeping Cleanliness to Prevent COVID-19*

Marzan Amat<sup>a</sup>, Azizah Zain<sup>a\*</sup>

<sup>a</sup>Fakulti Pembangunan Manusia, Universiti Pendidikan Sultan Idris, 35900 Tanjong Malim, Perak, Malaysia

**Editor:**  
Abdul Talib Mohamed Hashim

**Received date:**  
17 November 2020

**Accepted date:**  
2 February 2021

**Published date:**  
18 May 2021

### **Abstrak**

Pendidikan kesehatan merupakan perkembangan individu, kumpulan, institusi, masyarakat dan strategi sistematik untuk meningkatkan kesihatan. Dengan adanya pendidikan kesihatan, ianya boleh melindungi diri atau mencegah daripada penyakit sama ada penyakit tidak berjangkit atau penyakit berjangkit. Kebersihan diri selalunya dikaitkan dengan kesihatan. Pentingnya kebersihan diri untuk memastikan tahap kesihatan berada dalam keadaan yang baik. Pendidikan kesihatan dalam kalangan kanak-kanak sangat penting untuk diterapkan dalam diri mereka agar dapat mencegah penyakit berjangkit atau pandemik yang sedang melanda negara kita dan seluruh dunia iaitu Covid-19. Dalam Kurikulum Standard Prasekolah Kebangsaan (KSPK), ianya menekankan kepentingan penjagaan kesihatan dari segi perkembangan fizikal dan penjagaan kesihatan dalam Tunjang Perkembangan Fizikal dan Estetika. Kanak-kanak perlu didedahkan pengetahuan tentang penyebaran Covid-19 dan langkah-langkah pencegahan awal terhadap Covid-19 melalui pelaksanaan pengajaran dan pembelajaran oleh guru untuk memberi pengetahuan kepada mereka dalam aspek menjaga kebersihan. Artikel ini bertujuan untuk menjelaskan keperluan dalam memberi pengetahuan kepada kanak-kanak tentang penyebaran Covid-19, langkah-langkah pencegahan awal terhadap Covid-19 dan aktiviti pengajaran dan pembelajaran guru dalam pendidikan kesihatan untuk memberi pendedahan kepada kanak-kanak dalam menjaga kebersihan. Sehubungan itu, sorotan literatur menunjukkan pengetahuan kanak-kanak terhadap cara penyebaran dan langkah-langkah pencegahan awal terhadap Covid-19 adalah sangat sedikit. Namun begitu, dengan kaedah pengajaran dan pembelajaran guru yang sesuai dan menarik, maka ianya boleh membantu kanak-kanak untuk memahami dan mendapatkan pengetahuan tersebut. Kesimpulannya, dengan penggunaan kaedah pengajaran dan pembelajaran yang sesuai dan menarik, maka ianya boleh menghasilkan hasil pembelajaran yang berkesan.

**Kata kunci:** Pendidikan kesihatan; kebersihan diri; Covid-19; pengajaran dan pembelajaran

### **Abstract**

Health education is the development of individuals, groups, institutions, communities and systematic strategies to improve health. With health education, it can protect or prevent from diseases whether non-communicable or infectious diseases. Personal hygiene is often associated with health. The importance of personal hygiene to ensure that the level of health is in good condition. Health education among children is very important to be inculcated in them in order to prevent infectious diseases or pandemics that are plaguing our country and the world, namely Covid-19. In the National Curriculum Standard Curriculum (KSPK), it emphasizes the importance of health care in terms of physical development and health care in the Pillars of Physical Development and Aesthetics. Children need to be exposed to knowledge about the spread of Covid-19 and early preventive measures against Covid-19 through the implementation of teaching and learning by teachers to impart knowledge to them in the aspect of maintaining hygiene. This article aims to clarify the need in imparting knowledge to children about the spread of Covid-19, early preventive measures against Covid-19 and the teaching and learning activities of teachers in health education to provide exposure to children in maintaining hygiene. Accordingly, a review of the literature

*indicates that children's knowledge of the mode of transmission and early preventive measures against Covid-19 is very limited. However, with appropriate and interesting teaching and learning methods of teachers, then it can help children to understand and acquire such knowledge. In conclusion, with the use of appropriate and interesting teaching and learning methods, then it can produce effective learning outcomes.*

**Keywords:** Health education; hygiene; Covid-19; teaching and learning

## 1. Pengenalan

Penjagaan kesihatan di negara kita sangat dititikberatkan sama ada untuk kanak-kanak mahupun orang dewasa dan orang tua. Hal ini boleh dilihat dengan kewujudan institusi kesihatan yang ada di negara kita seperti hospital, klinik, pusat kesihatan dan lain-lain. Peranan Kementerian Kesihatan Malaysia dalam membantu masyarakat untuk mencapai dan mengekalkan satu taraf kesihatan bagi membolehkannya menjalankan kehidupan ekonomi dan sosial yang produktif perlu diberi perhatian. Menurut Norimah Rambeli@Ramli, Emilda Hashim, Nurhanani Romli, Fauziah Che Leh dan Syazwani Mohd Bakri (2017), perbelanjaan kerajaan Malaysia untuk perkhidmatan kesihatan pada tahun 2012 adalah lebih daripada RM16.8 billion, mewakili 7 peratus daripada pembahagian belanjawan. Ini menunjukkan negara kita adalah negara yang mementingkan penjagaan kesihatan.

Menurut Kelli McCormack Brown, David Q. Thomas dan Jerome Edward Kotecki (2002) Pertubuhan Kesihatan Sedunia (World Health Organization) mendefinisikan kesihatan sebagai keadaan sempurna fizikal, mental, dan sosial, dan tidak hanya ketika ketiadaan sakit. Berdasarkan definisi tersebut dapat disimpulkan bahawa kesihatan bukan merangkumi kesihatan tubuh badan sahaja malah ia merangkumi mental dan sosial. Kesihatan mental tidak boleh dipisahkan daripada kesejahteraan fizikal. Kedua-dua aspek tersebut saling berkait dan ianya penting untuk kita sentiasa menjaganya dalam keadaan yang sihat. Bagi kanak-kanak, kesihatan penting untuk membantu perkembangan awal kanak-kanak seperti perkembangan jasmani, emosi, rohani, intelek dan sosial.

## 2. Kepentingan Pendidikan Kesihatan

Definisi bagi pendidikan ialah satu usaha sistematik yang disengajakan, dibuat oleh suatu masyarakat untuk menyampaikan pengetahuan, nilai, sikap dan kemahiran kepada ahlinya. Ia juga merupakan satu usaha memperkembangkan potensi individu dan perubahan yang berlaku dalam diri manusia. Manakala bagi definisi kesihatan pula adalah sesuatu yang sempurna dari segi fizikal, mental dan sosial, dan bukan hanya sekadar tiada penyakit atau cacat cedera sahaja.

Menurut Deborah Callcott, Judith Miller dan Susan Wilson-Gahan (2015) pendidikan kesihatan didefinisikan sebagai perkembangan individu, kumpulan, institusi, masyarakat dan strategi sistematik untuk meningkatkan kesihatan, tabiat,

kemahiran dan tingkah laku. Dalam kajian ini, pendidikan kesihatan merujuk kepada standard pembelajaran yang terdapat dalam Kurikulum Standard Prasekolah Kebangsaan (KSPK) seperti FK 5.1.1 iaitu kanak-kanak dapat menyatakan cara menjaga kebersihan anggota tubuh dengan betul dan FK 5.2.1 iaitu kanak-kanak boleh menunjukkan contoh cara untuk mengelakkan jangkitan penyakit.

Penjagaan kesihatan dan mental yang baik dapat mengelakkan daripada penyakit sama ada penyakit tidak berjangkit dan penyakit berjangkit atau pandemik. Menurut Hidayatul (2016), penyakit tidak berjangkit ialah epidemik yang melanda Malaysia pada masa kini. Buat masa sekarang, ia suatu beban kepada kesihatan negara. Menurut Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) pula, penyakit tidak berjangkit kebanyakan adalah penyakit kronik yang tidak boleh disebarkan dari seorang individu kepada individu lain. Manakala bagi penyakit berjangkit menurut Fatan Hammah Yahaya (2005), penyakit berjangkit atau pandemik adalah fenomena biosial dan ianya wujud sejak dahulu hingga kini dalam mana-mana masyarakat seperti negara kita. Ia sama ada disebabkan agen infeksi atau bahan-bahan toksik yang merbahaya kepada manusia. Bagi kanak-kanak, pentingnya untuk mengelakkan diri daripada pandemik tersebut kerana ianya boleh memudaratkan dan boleh menyebabkan kematian. Oleh itu, pentingnya peranan seorang guru pendidikan awal kanak-kanak untuk mengelakkan pandemik berlaku terhadap kanak-kanak.

## 3. Pandemik COVID-19

Penyakit berjangkit atau pandemik sangat membimbangkan terutamanya kanak-kanak yang masih di awal usia. Kanak-kanak akan terdedah dengan pandemik apabila tidak mengamalkan penjagaan kesihatan dan kebersihan diri. Sebagai contoh penyakit berjangkit yang berlaku dalam kalangan kanak-kanak ialah penyakit tangan, kaki dan mulut atau *Hand, Foot and Mouth Disease* (HFMD) dan pandemik terbaru iaitu Covid-19. Covid-19 atau dikenali sebagai pandemik koronavirus iaitu wabak penyakit koronavirus 2019 yang berterusan secara global yang berpunca daripada koronavirus sindrom pernafasan akut teruk 2 (SARS-CoV-2). Menurut *World Health Organization* (WHO) atau Pertubuhan Kesihatan Sedunia (2020), Covid-19 adalah penyakit berjangkit yang disebabkan oleh koronavirus yang baru ditemui. 'CO' bermaksud *covid* (korona), 'VI' untuk *virus* (virus) dan 'D' untuk *disease* (penyakit). Dahulu penyakit ini disebut sebagai '*2019 novel*

*coronavirus*’ atau ‘2019-nCoV’. Dalam kajian ini, Covid-19 merujuk kepada penyakit berjangkit atau pandemik yang berlaku pada kanak-kanak yg disebabkan oleh corona virus.

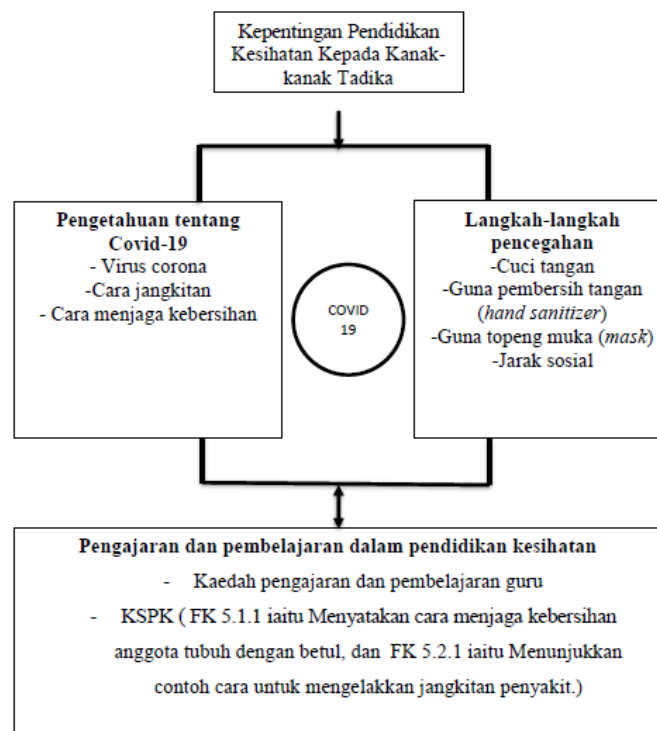
Menurut Director-General of Health Malaysia pada 16 Mei 2020 sebanyak 317 kes positif Covid-19 dikesan dalam kalangan kanak-kanak 12 tahun ke bawah di negara kita. Daripada jumlah kes tersebut, 112 kes adalah di kalangan kanak-kanak berumur empat tahun dan ke bawah manakala 22 kes di kalangan bayi kurang daripada 1 tahun berdasarkan Kementerian Kesihatan Malaysia. Pandemik sangat berbahaya yang boleh membawa kemudaratan kepada penghidap dan boleh membawa kepada kematian. Terdapat kanak-kanak yang tidak mengetahui langkah-langkah pencegahan awal untuk mengelakkan Covid-19. Maka, seorang guru itu perlu mengetahui apa yang boleh dilakukan untuk mengelak atau mencegah dan mengawal penyakit berjangkit tersebut daripada kanak-kanak kemudian mengajar kanak-kanak langkah-langkah pencegahan awal untuk mengelakkan Covid-19.

Penyakit berjangkit boleh menyebabkan ianya berjangkit dari satu kanak-kanak ke kanak-kanak lain. Oleh itu pentingnya peranan seorang guru pendidikan awal kanak-kanak untuk mengajar tentang penjagaan kesihatan agar kanak-kanak dapat terhindar daripada Covid-19. Oleh itu, penggunaan teknik mengajar perlulah sesuai dalam pengajaran kesihatan untuk memastikan dan mengelakkan kanak-kanak daripada penyakit berjangkit. Terdapat guru pendidikan awal kanak yang tidak menggunakan teknik atau kaedah yang sesuai dan berkesan dalam

melaksanakan sesi pengajaran dan pembelajaran kepada kanak-kanak berkaitan kesihatan untuk mengelak penyakit berjangkit. Berdasarkan kajian yang dilakukan oleh Fatimah Yasmin Hasni dan Intan Nur Fajri (2018), pengajaran tentang kesihatan oleh guru pendidikan awal kanak-kanak terhadap kanak-kanak kurang berkesan disebabkan beberapa perkara iaitu guru kurang pengetahuan, kaedah atau teknik pengajaran yang tidak sesuai, penggunaan bahasa yang kurang sesuai dan media yang digunakan kurang menarik. Oleh itu, kaedah pengajaran dan pembelajaran guru dalam pendidikan kesihatan perlulah berkesan dan sesuai untuk memberi pendedahan dalam menjaga kebersihan terhadap kanak-kanak tadika.

#### 4. Pengetahuan Penjagaan Kebersihan dalam Kalangan Kanak-kanak

Kurikulum Standard Prasekolah Kebangsaan (KSPK) menekankan kepentingan penjagaan kesihatan dari segi perkembangan fizikal dan penjagaan kesihatan dalam Tunjang Perkembangan Fizikal dan Estetika. Amalan penjagaan kebersihan diberi pendedahan oleh guru kepada kanak-kanak, namun sejauh manakah kanak-kanak menjadikan ia sebagai rutin harian dalam kehidupan seharian mereka menjadi persoalan. Selain itu peranan ibu bapa adalah penting dalam memastikan amalan ini berterusan dalam kehidupan mereka seharian. Menurut Ika Prasasti (2016), ibu bapa adalah yang paling dekat dengan kanak-kanak, tingkah laku ibu bapa boleh menjadi contoh kepada anak-anak mereka terutama dalam aspek menjaga kebersihan dan kesihatan.



Rajah 1: Kerangka konsep pendidikan kesihatan kepada kanak-kanak

Di saat dunia dilanda pandemik COVID-19 pendidikan kesihatan terhadap golongan muda ini menjadi lebih penting kerana penjagaan kebersihan dan SOP yang ditetapkan oleh Kementerian Kesihatan Malaysia perlu di patuhi. Kanak-kanak merupakan golongan yang mudah dijangkiti perlu dididik dan dibimbing menjaga kebersihan. Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia, “kanak-kanak sangat rentan atau mudah untuk mendapat jangkitan. Mereka belum pernah terdedah kepada banyak jenis kuman. Maka, ketahanan tubuh mereka melalui antibodi belum terbentuk lagi. Selain dari itu, aktiviti-aktiviti yang dilakukan oleh kanak-kanak menyebabkan mereka lebih terdedah kepada kuman, berbanding dengan orang dewasa.” Oleh itu, cara penyebaran penyakit atau punca penyakit perlu diketahui agar boleh mengelak daripada penyakit. Kanak-kanak tidak mengetahui punca pandemik atau cara penyebarannya memandangkan mereka masih di awal usia. Oleh itu, pentingnya pengajaran kesihatan terhadap kanak-kanak untuk membantu kanak-kanak mengetahui punca atau cara penyebaran pandemik untuk mengelak pandemik seperti Covid-19. Menurut Kementerian Kesihatan Malaysia lagi, “Penyakit berjangkit boleh disebabkan oleh kuman seperti virus, bakteria atau parasit. Kuman-kuman tersebut boleh disebarkan melalui makanan dan minuman, sentuhan, pernafasan, peralatan seperti mainan, sudu garpu dan tuala, serangga seperti nyamuk dan haiwan seperti tikus.” Oleh itu kanak-kanak perlu didedahkan dengan pemakaian *mask* (topeng muka), *hand sanitizer* (pembersih tangan) dan penjarakan sosial untuk langkah pencegahan awal terhadap Covid-19.

Rajah 1 menunjukkan pendidikan kesihatan kepada kanak-kanak. Kepentingan pendidikan kesihatan kepada kanak-kanak sangat penting diberi pendedahan di peringkat awal untuk memberi pengetahuan asas kepada mereka. Pengetahuan asas yang diberi adalah merujuk kepada kandungan kurikulum yang digunakan oleh semua prasekolah di seluruh Malaysia.

## 5. Sorotan Literatur

Kajian oleh Nor Fauziana Mohd Salleh (2020), Covid-19 boleh menyebabkan jangkitan saluran pernafasan dan spectrum gejala daripada selsema biasa kepada radang paru-paru yang teruk. Menurut pengkaji lagi, apabila orang yang dijangkiti dengan Covid-19 batuk atau bersin, maka virus tersebut boleh merebak melalui titisan dari hidung atau mulut dari orang yang terjangkit tersebut. Orang lain juga boleh terjangkit dengan virus tersebut apabila menyentuh objek atau permukaan yang tercemar dengan Covid-19. Sebagai langkah pencegahan terhadap Covid-19, rakyat atau masyarakat perlu terus kekal di rumah, bekerja dari rumah, menghadkan pergerakan di luar rumah, memakai pelitup hidung dan mulut (*mask*), kerap mencuci tangan dan menjaga jarak sosial (*penjarakan sosial*).

Kajian oleh Nahardian Vica Rahmati, Dias Tiara Putri Utomo dan Finaty Ahsanah (2020), dapatan bagi kajian tersebut ialah kanak-kanak memperolehi pengetahuan tentang penyebaran Covid-19 dan pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun di bawah air yang mengalir dengan cara yang betul untuk pencegahan awal terhadap Covid-19 melalui tayangan video animasi. Kemudian, kanak-kanak juga memperolehi pengetahuan tentang cara atau langkah pencegahan awal terhadap Covid-19 dengan mencuci tangan menggunakan sabun melalui kaedah *fun handwashing*. Di samping itu juga, aktiviti-aktiviti yang dilakukan dalam kaedah *fun handwashing* ini juga dapat membantu meningkatkan kecerdasan kanak-kanak. Antaranya ialah aktiviti menonton video dan mewarna yang meningkatkan *spatial intelligence*. Selain itu, aktiviti menyanyi lagu “ABC” dan “*Twinkle-twinkle Little Star*” yang meningkatkan *musical intelligence*. Terakhir, aktiviti mencuci tangan sambil menyanyi yang meningkatkan gabungan kecerdasan iaitu *bodily-kinesthetic intelligence* dan *musical intelligence*. Dalam kajian tersebut, pengetahuan kanak-kanak terhadap terhadap cara penyebaran dan langkah-langkah pencegahan awal terhadap Covid-19 adalah sangat sedikit. Namun begitu, selepas menggunakan kaedah pengajaran dan pembelajaran guru yang sesuai dan menarik, maka ianya membantu kanak-kanak untuk mendapatkan pengetahuan tersebut. Langkah pencegahan awal yang terdapat dalam kajian ini ialah dengan mencuci tangan menggunakan sabun dengan cara yang betul. Manakala bagi kaedah pengajaran dan pembelajaran yang dilakukan ialah kaedah *fun handwashing*.

Seterusnya kajian oleh Yuyun Yulianingsih, Tuti Hayati, Aam Kurnia dan Arif Nursihah (2020). Dapatan kajian kajian tersebut ialah bercerita sebagai kaedah untuk memperkenalkan Covid-10 kepada kanak-kanak. Menurut pengkaji, bercerita merupakan salah satu kaedah mendidik atau mengajar kanak-kanak dengan banyak rangsangan yang mampu membantu perkembangan kanak-kanak. Menurut Bachitiar (2005), bercerita adalah perbuatan menuturkan sesuatu yang menceritakan atau mengisahkan tentang suatu kejadian dan disampaikan secara lisan dengan tujuan untuk memberikan pengalaman dan pengetahuan kepada orang lain. Melalui salah satu objektif kajian saya iaitu mengenalpasti pengajaran dan pembelajaran guru dalam pendidikan kesihatan untuk memberi pendedahan dalam menjaga kebesihan, dapatlah disimpulkan bahawa kaedah bercerita merupakan antara kaedah pengajaran dan pembelajaran yang boleh digunakan oleh guru untuk memberi pendedahan dalam menjaga kebersihan serta mencegah Covid-19.

## 6. Rumusan

Peringkat awal kanak-kanak sangat penting untuk pendidikan kesihatan didedahkan kerana pada peringkat inilah kanak-kanak mula melangkah dari

alam keluarga ke dunia sosial. Pada masa ini juga jugalah mereka akan berdepan dengan cabaran dan situasi yang mana mereka belum temui sebelum ini. Oleh itu, untuk memastikan kanak-kanak mendapat pendidikan yang baik, kesihatan mereka perlulah baik dan sentiasa terjaga sama ada oleh ibu bapa, guru mahupun diri kanak-kanak itu sendiri. Kesihatan dalam kalangan kanak-kanak merupakan perkara yang penting agar kanak-kanak sentiasa sihat, ceria dan dapat melakukan aktiviti seharian. Guru dan ibu bapa memainkan peranan yang penting untuk menerapkan pengetahuan tentang penyebaran Covid-19 dan langkah-langkah pencegahan awal terhadap Covid-19 kepada kanak-kanak. Guru juga perlu melaksanakan pembelajaran dan pembelajaran yang sesuai agar dapat memastikan kanak-kanak mendapat pengetahuan tentang penyebaran Covid-19 dan langkah-langkah pencegahan awal terhadap Covid-19.

### Rujukan

- Brown, K.M., T, D.Q., & Kotecki, E. (2002). *Physical Activity and Health*. United States of America : Jones and Bartlett Publishers.
- Callcott, D., Miller, J., & Wilson-Gahan, S.(2015). *Health & Physical Education*. Australia : Cambridge University Press.
- Director-General of Health Malaysia. (16 Mei 2020). Situasi Semasa Jangkitan Penyakit Coronavirus 2019 (Covid-19) di Malaysia. Diperoleh daripada <https://kpkkesihatan.com/2020/05/16/kenyataan-akhbar-kpk-16-mei-2020-situasi-semasa-jangkitan-penyakit-coronavirus-2019-covid-19-di-malaysia/>
- Fatan Hamamah Yahaya. (2005). Kemunculan Penyakit Berjangkit dan Kesannya Terhadap Manusia di Malaysia. *Sari* 23, 153 – 168. Diperoleh daripada <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web>
- Nahardian Vica Rahmati, Dias Tiara Putri Utomo & Finaty Ahsanah. (2020). Fun Handwashing Sebagai Upaya Pencegahan Covid-19 pada Anak Usia Dini. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*. Vol.4, No.2, Hal. 217 – 224. Diperoleh daripada [https://www.researchgate.net/publication/329278659\\_](https://www.researchgate.net/publication/329278659_)
- Nor Fauziana Mohd Salleh.(2020). Pandemik Coronavirus (Covid-19) : Pembelajaran dan Pengajaran Secara Atas Talian Suatu Keperluan di Malaysia. Diperoleh daripada [https://www.researchgate.net/publication/342886967\\_](https://www.researchgate.net/publication/342886967_)
- Norimah Rambeli@Ramli, Emilda Hashim, Nurhanani Romli, Fauziah Che Leh & Syazwani Mohd Bakri (2017). Pengaruh Pemboleh Ubah Makroekonomi Terhadap Perbelanjaan Penjagaan Kesihatan di Malaysia. *Management Research Journal*, Vol.7, No.1, 112 – 124. Diperoleh daripada <https://ejournal.upsi.edu.my/index.php/MRJ/article/view/1401/1010>
- Yuyun Yulianingsih, Tuti Hayati, Aam Kurnia & Arif Nursihah. (2020). Pengetahuan Covid-19 pada Anak Usia Dini melalui Metode Bercerita. Diperoleh daripada <https://www.google.com/>

### Citation

- Amat, M., & Zain, A. (2021). Importance of Health Education among Children in the Aspect of Keeping Cleanliness to Prevent COVID-19. *Evaluation Studies in Social Sciences*, 2(1), 17-21. <https://doi.org/10.37134/esss.vol2.1.3.2021>