



## **Literature Review: Hubungan Mencuci Tangan dan Konsumsi Makanan Dengan Kasus Diare Pada Anak Sekolah di Indonesia**

**Pradita Setiawan<sup>1\*</sup>, Lilis Sulistyorini<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup> Departemen Kesehatan Lingkungan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga, Surabaya, Indonesia

\* Email: [pradita.setiawan-2019@fkm.unair.ac.id](mailto:pradita.setiawan-2019@fkm.unair.ac.id)<sup>1</sup>; [lilissulistyorini@gmail.com](mailto:lilissulistyorini@gmail.com)<sup>2</sup>

**Abstract.** *One of the main causes of mortality in children, as well as an important factor leading to malnutrition is Diarrhea. The prevalence of diarrhea among the 5-14 age group ranks highest after the toddler and elderly age groups. In 2018, the number of diarrhea cases among all age groups served by healthcare facilities increased by 229,734 cases from the previous year of 2017. Children who have persistent diarrhea may experience subpar results in terms of their growth and development.. The purpose of this study is to ascertain the connection between handwashing practices and dietary habits and the prevalence of diarrhea in school-aged children.. The research method used is a Literature Review, by searching for research articles sourced from the electronic database Google Scholar using keywords such as diarrhea, handwashing habits, food consumption, and students. From the analysis of 5 articles, it was found that the habit of washing hands with soap and maintaining nail hygiene can prevent the occurrence of diarrhea in children. A good food consumption pattern also has a lower risk of experiencing diarrhea. Age differences in children are also related to the incidence of diarrhea, where younger children are more susceptible to experiencing diarrhea.*

**Keywords:** *diarrhea; handwashing habits; food consumption; students*

**Abstrak.** Salah satu penyebab kematian pada anak serta faktor penting yang menyebabkan malnutrisi adalah diare. Prevalensi diare pada kelompok umur 5-14 tahun menempati posisi tertinggi setelah kelompok umur balita dan lansia . Pada tahun 2018, kasus diare semua umur mengalami peningkatan sebesar 229.734 penderita dari tahun 2017. Diare yang berkepanjangan dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga menjadi tidak optimal. Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan yaitu mengetahui hubungan kasus diare dengan kebiasaan cuci tangan serta konsumsi makanan pada anak sekolah. Pada penelitian ini metode yang digunakan yaitu studi literature review, pencarian artikel penelitian bersumber dari Google Scholar dengan menggunakan kata kunci yaitu diare, kebiasaan mencuci tangan, konsumsi makanan dan siswa. Dari hasil analisis yang dilakukan pada 5 artikel didapatkan hasil bahwa kebiasaan mencuci tangan menggunakan sabun dan menjaga kebersihan kuku dapat mencegah terjadinya diare pada anak. Pola konsumsi makanan yang baik juga memiliki risiko lebih kecil untuk mengalami diare. Perbedaan usia dari anak juga berhubungan dengan kejadian diare, dimana anak yang lebih muda akan lebih mudah untuk mengalami diare.

**Kata Kunci:** diare; kebiasaan mencuci tangan; konsumsi makanan; siswa

## PENDAHULUAN

Diare memiliki definisi yaitu buang air besar (BAB) lebih dari 3 kali sehari dengan bentuk feses cair atau mencret, namun kondisi ini berbeda jika terjadi pada bayi yang masih mengonsumsi ASI. Jika pada bayi mengalami buang air besar lebih dari 5 kali dengan kondisi feses baik (bukan cair/mencret) masih dianggap normal (Kemenkes RI, 2011).

Pada negara berkembang penyakit diare menjadi penyebab utama kematian dan malnutrisi pada anak. Pada tahun 2003, diperkirakan ada kasus diare sebanyak 1,87 juta yang menyebabkan anak di bawah 5 tahun meninggal. Angka kematian akibat diare yang terjadi pada anak yang berusia di bawah 2 tahun mencapai 80% (WHO, 2005). Menurut data Riskesdas 2018, kejadian diare pada anak usia 5-14 tahun adalah 6,2% menempati posisi tertinggi setelah kelompok umur balita dan lansia. Kemudian dari data Profil Kesehatan Indonesia 2018, ditemukan jumlah kasus diare pada kelompok semua umur sebesar 4.504.524 penderita dan mengalami kenaikan sebesar 229.734 dari tahun sebelumnya dengan kasus diare yang ditemukan yaitu 4.274.790 penderita (Kemenkes RI, 2019; Riskesdas, 2019).

Penyakit diare bisa menimbulkan masalah yang serius jika tidak segera dilakukan penanganan, terutama jika terjadi pada anak usia sekolah. Diare yang berkepanjangan menyebabkan terjadinya pengeluaran nutrisi yang masih dibutuhkan oleh tubuh bersamaan dengan dehidrasi, keadaan tersebut berpotensi mengganggu pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga menjadi tidak optimal (Utami & Luthfiana, 2016). Faktor risiko yang dapat menimbulkan penyakit diare terbagi menjadi 3, antara lain faktor lingkungan (jumlah air tidak memadai, sarana prasarana yang tidak memenuhi syarat), faktor perilaku (kebiasaan mencuci tangan) dan pengetahuan individu tentang diare dan malnutrisi (Prawati & Haqi, 2019). Kemudian, pada anak usia sekolah yang memiliki kebiasaan buruk seperti mengonsumsi makanan yang tidak higienis dan perilaku tidak mencuci tangan sebelum makan, menjadi faktor penyebab individu mengalami penyakit diare (Kiranasari et al., 2021).

Dari latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan kebiasaan cuci tangan dan konsumsi makanan dengan kasus diare pada anak usia sekolah di Indonesia.

## METODE PENELITIAN

Desain studi yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi *literature review*. Pencarian artikel bersumber dari *Google Scholar* sebagai pusat data penelitian elektronik. Pencarian artikel dibantu dengan memasukkan kata kunci yang berhubungan dengan penelitian yaitu diare, kebiasaan mencuci tangan, konsumsi makanan dan siswa.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hubungan kebiasaan mencuci tangan dengan kasus diare**

Penyakit diare pada individu dapat dikenali dengan melihat gejalanya yaitu adanya perubahan komposisi feses menjadi cair dan kejadian BAB lebih dari 3 kali (Sari & Wahyu, 2019). Faktor risiko yang menyebabkan terjadinya diare adalah kurangnya penerapan higiene sanitasi yang baik meliputi kebiasaan mencuci tangan sebelum mengonsumsi makanan dan setelah melakukan aktivitas yang kontak secara langsung dengan sumber kontaminasi seperti toilet dan tempat sampah (Prawati & Haqi, 2019; Suherman & Qurota, 2019).

Dari hasil penelitian Ibrahim et al. (2021) didapatkan hasil bahwa mencuci tangan memiliki hubungan yang bermakna dengan kasus diare yang dialami oleh anak sekolah. Hal ini bisa dilihat dari pengujian yaitu nilai  $p\text{-value}=0,01 (<0,05)$ . Hal ini didukung oleh penelitian yang dilaksanakan pada siswa SD Negeri Pamulang 02, dimana anak yang perilaku cuci tangannya buruk akan berpeluang lebih besar mengalami diare dibandingkan anak dengan perilaku cuci tangan baik sebesar 2,58 kali (Suherman & Qurota, 2019). Dari penelitian lain didapatkan hasil bahwa 27 responden dengan perilaku cuci tangan buruk (90%) mengalami diare dan 53 responden dengan perilaku cuci tangan baik tidak (88,3%) tidak mengalami diare. Dari hasil pengujian, diperoleh nilai  $p\text{-value}$  sebesar 0,001 yang berarti bahwa ada hubungan bermakna antara, hubungan perilaku cuci tangan dengan kasus diare pada anak sekolah dasar (Kiranasari et al., 2021).

Perilaku buruk anak sekolah yang melupakan kebiasaan cuci tangan setelah menjalankan aktivitas bermain dan sebelum mengonsumsi makanan menjadi faktor utama anak mengalami diare (Kiranasari et al., 2021). Selain itu, cuci tangan yang dilakukan tanpa sabun tidak cukup untuk menjaga kesehatan. Hal ini dikarenakan cuci tangan tanpa sabun berpotensi tidak menghilangkan kuman penyebab penyakit pada tangan. Perilaku higiene seperti cuci tangan dengan sabun jika dilakukan dengan tepat dapat menurunkan risiko penularan penyakit utamanya diare (Hamzah, 2020; Rosidi et al., 2010).

Menurut hasil penelitian, dapat diketahui bahwa mencuci tangan menggunakan sabun telah terbukti memberikan risiko lebih kecil terkena diare (8,1%) dibandingkan individu yang jarang mencuci tangan (66,7%) (Radhika, 2020). Dari studi lain, disampaikan bahwa lebih dari 40% kejadian diare dapat berkurang dengan cara mencuci tangan menggunakan sabun. Terdapat beberapa kondisi yang diwajibkan untuk mempraktikkan perilaku baik cuci tangan yaitu kondisi sebelum mengonsumsi minuman atau makanan dan beraktivitas dari tempat yang menjadi sumber kontaminasi seperti toilet. Salah satu langkah pencegahan penyakit pada anak

yang paling mudah dilakukan adalah kegiatan cuci tangan pakai sabun. (Afra dalam Kiranasari et al., 2021)

Selain mencuci tangan, kebiasaan memotong kuku secara rutin 1 minggu sekali menjadi faktor penting dalam mencegah diare. Kuku yang panjang dapat menjadi tempat bersarangnya kuman yang terbawa oleh kotoran. Dari studi penelitian Hamzah (2020) ditemukan hasil yaitu kebersihan kuku memiliki hubungan yang bermakna dengan kasus diare pada anak usia di bawah 5 tahun dengan nilai p-value sebesar 0,01 ( $<0,05$ ). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sulastri et al. (2021) yang menyampaikan bahwa siswa yang memiliki kebiasaan tidak memotong kuku secara rutin berpotensi terserang penyakit diare lebih tinggi dibandingkan siswa yang memotong kuku secara rutin.

Menurut pendapat Sutanto dalam Ibrahim et al. (2021) menyatakan bahwa tangan memiliki fungsi penting bagi tubuh karena sering digunakan untuk beraktivitas dan bersentuhan dengan benda yang dapat berpotensi tercemar bakteri maupun kuman. Dengan melakukan cuci tangan pakai sabun (CTPS) setelah melakukan aktivitas dapat membersihkan kuman yang ada pada tangan sehingga kemungkinan untuk terjadi diare semakin kecil.

#### **Hubungan konsumsi makanan dengan kasus diare**

Menurut pendapat Sudarmawan dalam Rangkuti et al. (2021) menjelaskan makanan jajanan adalah makanan yang sering dikonsumsi oleh masyarakat utamanya anak usia sekolah. Makanan jajanan sekolah perlu mendapatkan perhatian lebih karena berisiko tercemar baik dalam bentuk fisik, kimia maupun biologi. Makanan yang terkontaminasi berpotensi menyebabkan keracunan makanan. Arisman berpendapat bahwa kebiasaan anak sekolah yang tidak memperhatikan kondisi makanan yang dibeli seperti terjamin kebersihannya dan dalam kondisi tertutup dapat menyebabkan timbulnya diare. Selain itu, penggunaan bahan tambahan pangan (pewarna tekstil, pengawet, pemanis) pada jajanan anak sekolah berpotensi menyebabkan diare karena terdapat pencemaran mikroba. (Sari & Wahyu, 2019)

Menurut hasil penelitian Rangkuti et al. (2021) menyatakan bahwa kasus diare memiliki hubungan yang bermakna dengan konsumsi makanan jajanan kaki lima pada anak sekolah dengan taraf signifikansi  $p=0,00$  ( $p < 0,05$ ). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Sari & Wahyu (2019) yang menyampaikan bahwa pola konsumsi makanan sembarangan pada siswa sekolah dasar memiliki hubungan signifikan dengan kejadian diare. Dalam penelitian lain didapatkan hasil yaitu konsumsi sayuran mentah dan kejadian diare pada siswa sekolah dasar memiliki hubungan yang signifikan dengan dilihat pada hasil uji didapatkan hasil nilai  $p=0,00$  ( $<0,05$ ) (Ibrahim et al., 2021). Utama dalam Ibrahim et al. (2021) menyatakan bahwa mengonsumsi sayuran mentah tidak dianjurkan karena berdampak negatif kepada tubuh.

Sayuran mentah bisa mengganggu kerja organ pencernaan yang dapat menimbulkan sakit perut hingga diare.

Namun, terdapat perbedaan hasil penelitian dari Suherman & Qurota (2019) dan Haenisa & Surury (2022) yang menyampaikan pendapat bahwa tidak ada hubungan antara kebiasaan makan dengan kasus diare. Budiarto dalam Suherman & Qurota (2019) menjelaskan bahwa perbedaan hasil ini dapat dipengaruhi oleh perbedaan umur dari masing-masing responden yang diteliti. Usia anak yang lebih muda semakin rentan untuk menderita sakit, seperti misalnya balita dan anak-anak lebih mudah untuk terinfeksi *Staphilococcus* dan *Escherichia coli* dibandingkan golongan umur lain. Studi lain oleh Ibrahim et al. (2021) juga menyampaikan distribusi anak dengan umur 6-9 tahun lebih banyak mengalami diare sejumlah 32 anak, sedangkan anak umur >9 tahun yang mengalami diare sebanyak 21 anak.

Salah satu bentuk langkah pencegahan yang bisa dilakukan adalah memberikan edukasi kepada anak tentang pemilihan makanan jajanan sehat dan bergizi. Pengetahuan yang baik dari anak diharapkan mendukung anak untuk bisa menentukan makanan yang baik dan layak dikonsumsi sejak dini (Aulia Ramadhani & Kurniasari, 2022).

## **KESIMPULAN**

Diare merupakan penyakit yang dapat dikenali dengan melihat beberapa tanda meliputi perubahan bentuk feses menjadi cair serta mengalami BAB lebih dari 3 kali. Kebiasaan cuci tangan pakai sabun (CTPS) dan memotong kuku secara rutin dapat mencegah kasus diare yang dialami oleh anak sekolah. Pola konsumsi makanan yang baik juga memiliki risiko lebih kecil untuk mengalami diare. Perbedaan usia dari anak juga berhubungan dengan kejadian diare, dimana anak yang lebih muda akan lebih mudah untuk mengalami diare.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aulia Ramadhani, D., & Kurniasari, R. (2022). Literature Review: Pengaruh Media Komunikasi Terhadap Keamanan Makanan Jajanan Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(5). <https://doi.org/10.5281/zenodo.6408379>
- Haenisa, N. N., & Surury, I. (2022). Hubungan Personal Hygiene Dengan Kejadian Diare Pada Santri Di Kota Tangerang Selatan. *JURNAL KESEHATAN LINGKUNGAN: Jurnal Dan Aplikasi Teknik Kesehatan Lingkungan*, 19(2), 231–238. <https://doi.org/10.31964/jkl.v19i2.487>
- Hamzah. (2020). Analisis Hubungan Personal Hygiene dengan Kejadian Diare pada Anak Usia 4-5 Tahun di Desa Muntoi Timur Kabupaten Bolaang Mongondow. 10(1), 2655–2213. <https://jurnal.ikbis.ac.id/infokes/article/view/167>
- Ibrahim, I., Sartika, R. A. D., Triyanti, & Permatasari, T. A. E. (2021). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Diare pada Siswa Sekolah Dasar di Kabupaten Lebak, Provinsi Banten, Indonesia* (Vol. 2).
- Kemendes RI. (2011). *Situasi Diare di Indonesia*.
- Kemendes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018* (R. Kurniawan, Yudianto, & B. Hardhana, Eds.).
- Kiranasari, R., Saelan, & Solikhah, M. M. (2021). Hubungan Perilaku Cuci Tangan dengan Kejadian Diare pada Siswa di Sekolah Dasar Negeri 03 Delingkar Karanganyar.
- Prawati, D. D., & Haqi, D. N. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Diare di Tambak Sari, Kota Surabaya. *Jurnal Promkes*, 7(1), 35–46. <https://doi.org/10.20473/jpk.V7.I1.2019.35-46>
- Radhika, A. (2020). Hubungan Tindakan Cuci Tangan Pakai Sabun dengan Kejadian Diare Pada Balita di RW XI Kelurahan Sidotopo, Kecamatan Semampir, Kota Surabaya. *Medical Technology and Public Health Journal (MTPH Journal)*, 4(1). <https://journal2.unusa.ac.id/index.php/MTPHJ/article/view/773>
- Rangkuti, N. F., Emilia, E., Mutiara, E., Friska, R., & Tresno Ingtyas, F. (2021). Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan Kaki Lima dengan Kejadian Penyakit Diare di MI Nurul Fadhillah Bandar Setia. *Journal Of Nutrition And Culinary (JNC)*, 1(1). <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/JNC/article/view/20693>
- Riskesdas. (2019). *Riset Kesehatan Dasar 2018*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Rosidi, A., Handarsari, E., & Mahmudah, M. (2010). Hubungan Kebiasaan Cuci Tangan dan Sanitasi Makanan dengan Kejadian Diare pada Anak SD Negeri Podo 2 Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 6.
- Sari, Y. N., & Wahyu, T. (2019a). Hubungan Pola Konsumsi Jajan dengan Kejadian Diare pada Siswa Kelas III dan IV di SDN 1 Langsa. *Jurnal Edukes*, 2(1).
- Sari, Y. N., & Wahyu, T. (2019b). Hubungan Pola Konsumsi Jajan dengan Kejadian Diare pada Siswa Kelas III dan IV di SDN 1 Langsa. *Jurnal Edukes*, 2(1). <https://e-jurnal.stikesydb.ac.id/index.php/eduker/article/view/316>
- Suherman, & Qurota, F. (2019). Analisis Kejadian Diare pada Siswa di SD Negeri Pamulang 02 Kecamatan Pamulang Tahun 2018. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 15(2). <https://jurnal.umj.ac.id/index.php/JKK>

Sulastri, A., Alie, I. R., & Husin, A. (2021). Perbedaan Kejadian Diare Antara Siswa Kelas 6 SD yang Memotong Kuku dan Tidak Memotong Kuku di SDN 1 Cikembulan Kabupaten Garut Tahun 2020. *Prosiding Kedokteran*, 7. <https://doi.org/10.29313/kedokteran.v7i1.26672>

Utami, N., & Luthfiana, N. (2016). Faktor-Faktor yang Memengaruhi Kejadian Diare pada Anak. *Majority*, 5(4).

WHO. (2005). *The Treatment of Diarrhoea*.