

Pendidikan Sanitasi Sejak Dini

Perubahan sikap dan pola perilaku, terkait dengan kebersihan, merupakan hal yang wajib dan tidak bisa ditawar-tawar lagi. Yang menjadi menarik di sini dan mungkin luput dari kacamata pemerintah adalah salah satu cara yang layak diuji seharusnya berupa edukasi sanitasi sejak dini. Mengubah perilaku orang-orang dewasa mengenai bagaimana membuang sampah atau bagaimana seharusnya hidup sehat dan bersih merupakan hal yang tidak mudah. Oleh karena itu, penting untuk mengajarkan anak-anak usia dini agar di saat mereka dewasa mereka tidak menjadi generasi yang mewariskan masalah sanitasi ke anak-cucu. Dan harus diingat, anak-anak usia emas yang mudah diprovokasi.

Berikut beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai edukasi sanitasi sejak dini:



kemudian terbawa hingga dewasa.

1. Bimbing anak-anak untuk membuang sampah pada tempatnya

Ajarkan anak-anak mulai dari hal yang kecil dan mudah. Biasakan apabila selesai jajan, bimbing anak untuk membuang sisa/kemasannya ke tempat sampah. Janganlah menyuruh anak untuk membuang, namun berikanlah contoh akan lebih baik daripada memberikan perintah. Pada usia anak-anak bahkan remaja cenderung berperilaku mencontoh apa yang dilakukan orang dewasa di sekitarnya. Hal kecil ini apabila diterapkan sejak kecil akan menjadi kebiasaan si anak yang

2. Mencuci tangan sebelum dan setelah makan



Mencuci tangan merupakan suatu kebiasaan yang memang sudah lumrah dilakukan ketika akan ataupun setelah makan. Namun, tahukah Anda ternyata mencuci tangan merupakan suatu kebiasaan yang sering diabaikan sebagian orang. Termasuk anak-anak, tidak jarang setelah bermain lupa untuk mencuci tangan hingga bersih. Mengapa mencuci tangan itu penting?

Sederhananya, tangan yang kotor mengandung kotoran dan bakteri, sehingga ketika tangan digunakan untuk makan bakteri yang berasal dari tangan ikut masuk ke dalam tubuh.

Langkah-langkah mengajarkan mencuci tangan yang benar di antaranya:

- Berikan penjelasan pada anak tentang pentingnya menjaga kesehatan dengan cara membiasakan cuci tangan sebelum makan atau setelah beraktivitas.
- Ajarkan cara mencuci tangan yang benar pada anak dimulai dengan membasahi tangan anak sampai pergelangan menggunakan air keran yang mengalir. Penggunaan air mengalir lebih dianjurkan untuk meminimalisir bakteri.

- Langkah selanjutnya, gunakan sabun. Disarankan untuk menggunakan sabun cair daripada sabun batangan. Sabun bisa membunuh kuman dan bakteri pada tangan dengan cepat.
- Selanjutnya ajarkan untuk menggosok serta membersihkan telapak tangan, sela-sela jari dan bagian kuku dengan menggunakan sabun.
- Apabila semua permukaan tangan, sela-sela jari dan kuku sudah dibersihkan secara menyeluruh menggunakan sabun maka langkah selanjutnya basuh tangan menggunakan air sampai bersih.
- Ketika menutup keran sebaiknya menggunakan tisu atau pembungkus lainnya. Hal ini untuk mencegah kuman menempel kembali pada tangan yang sudah bersih.
- Keringkan tangan anak menggunakan kain bersih atau tisu.

3. Ajarkan budaya "Sungai bukan WC umum"



Mengajarkan si kecil tentang bahaya buang air besar sembarangan (BABS) tentu sangat penting. Fenomena buang air besar sembarangan ini masih terjadi di beberapa daerah baik yang berbasis pedesaan maupun perkotaan sekalipun. "Sungai Bukan WC umum" adalah salah satu edukasi kepada si kecil jika ingin buang air tentu baiknya di WC.

Beberapa hal di atas merupakan sedikit contoh kecil pola perilaku sehat sanitasi yang dapat ditularkan kepada anak-anak. Harapannya, anak-anak dapat menjadi agent of change dalam menerapkan hidup sehat dan bersih di kehidupan sehari-hari sehingga mampu memunculkan harapan kembali bahwa Indonesia (bisa) Sehat 2019.

Perlu diperhatikan bahwa edukasi sanitasi kepada si kecil bukan berarti membebaskan pola hidup bersih hanya untuk anak-anak. Tentu sebagai orang dewasa yang kodratnya sudah bisa menilai mana baik dan buruk tidak boleh kalah dan wajib malu. Anak kecil saja bisa, mengapa kita tidak?

Hal yang tidak kalah pentingnya dari keberhasilan edukasi sanitasi sejak dini ini, tidak lain peran pemerintah itu sendiri yang harus memberikan ruang untuk konsep ini. Lebih bagus apabila pendidikan sanitasi dapat dijadikan kurikulum di sekolah-sekolah.