

SOSIALISASI DAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA KELAS II DI MADRASAH IBTIDAIYAH AS-SYAHID KOTA BEKASI

Fidela Angelina Hafiz^{1,*}, Putri Najiha Kamilia², Alifvia Malinda Putri³, Ichwan Arifin⁴

¹Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireunde, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

²Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireunde, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

³Jurusan Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah no 27 Cempaka Putih Jakarta Pusat, 10510

⁴Jurusan Perbankan Syari'ah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireunde, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

Email : 2019590001@student.umj.ac.id

ABSTRAK

PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran diri sehingga anggota keluarga menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan kesehatan di masyarakat. Namun saat ini masih banyak pula yang terserang penyakit akibat tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat tersebut dalam kehidupannya. Tujuan program kerja PHBS ini adalah untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan anak-anak tingkat Sekolah Dasar tentang perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan rumah. Menurut pengamatan yang telah dihasilkan dari program kerja ini, menyimpulkan bahwa sebagian besar siswa kelas 2 di MI As-Syahid Kota Bekasi belum begitu paham akan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Dengan sebanyak 85 peserta didik yang menjadi sasaran kami, hanya beberapa anak yang mengerti teknik mencuci tangan dengan baik dan benar, pentingnya pola makan dengan gizi seimbang, pentingnya aktivitas fisik, dll.

Kata Kunci: Pengetahuan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

ABSTRACT

PHBS is all health behaviors that are carried out on self-awareness so that family members help themselves in the health sector and play an active role in health activities in the community. However, at this time there are still many who are stricken with diseases due to not implementing these clean and healthy living behaviors in their lives. The purpose of this PHBS work program is to describe the level of knowledge of elementary school children about clean and healthy living behavior in the school and home environment. According to the observations that have been made from this work program, it is concluded that most of the 2nd grade students at MI As-Shahid Bekasi City do not really understand the importance of Clean and Healthy Living Behavior. With as many as 85 students as our target, only a few children understand the technique of washing hands properly and correctly, the importance of a balanced diet, the importance of physical activity, etc.

Keywords: Knowledge, Clean and Healthy Life Behavior

1. PENDAHULUAN

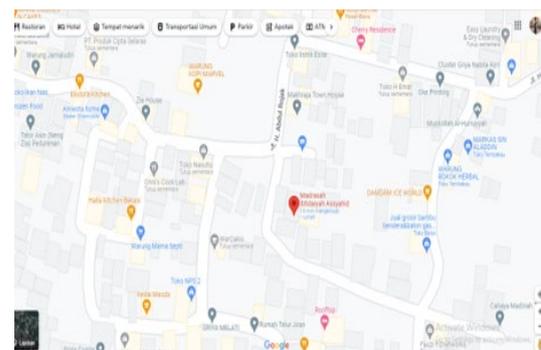
Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Muhammadiyah Jakarta merupakan salah satu bentuk implementasi Merdeka Belajar Kampus Merdeka yang merupakan kebijakan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, yang bertujuan mendorong mahasiswa untuk menguasai berbagai keilmuan yang berguna untuk memasuki dunia kerja, sehingga Mahasiswa dapat memperoleh pengalaman, menambah wawasan dan pengetahuan serta dapat mengidentifikasi masalah memprioritaskan masalah, mencari faktor risiko masalah, dan mampu melakukan intervensi dalam penyelesaian masalah.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran yang merupakan hasil dari pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri dalam kesehatan dan turut berperan aktif dalam mewujudkan kesehatannya. Kesehatan merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia termasuk di dalamnya adalah pendidikan. Jenjang pendidikan formal yang ada di Indonesia diawali dengan pendidikan Sekolah Dasar (SD) yang memfokuskan pendidikan pada anak usia 6-12 tahun. Usia tersebut merupakan usia yang rentan terhadap berbagai macam penyakit sehingga diperlukan peningkatan pola hidup yang lebih sehat (Bur & Septiyanti, 2020).

Berdasarkan laporan Riskesdas tahun 2018, 95,7% anak sudah melaksanakan sikat gigi, namun hanya 1,7% yang telah melakukannya dengan benar. Penduduk Indonesia yang dapat melakukan cuci tangan dengan benar sebanyak 47%. Perilaku konsumsi tembakau aktif setiap hari pada anak mencapai 0,5% dan 0,9% lainnya merokok dengan intensitas kadang-kadang (Riskesdas, 2018). Upaya kesehatan sekolah (health promoting school) adalah suatu tatanan di mana program pendidikan dari kesehatan dikombinasikan untuk menumbuhkan perilaku kesehatan sebagai faktor utama untuk kehidupan sekolah yang berwawasan kesehatan, dimana sekolah bukan hanya sebagai tempat belajar, tetapi juga sebagai sarana untuk pembentukan perilaku hidup bersih dan sehat (Nugraheni, 2018). Penyuluhan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang di terapkan dengan cara penyebaran pesan, membentuk keyakinan, sehingga kelompok

masyarakat tidak sadar, tahu dan mengerti, tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada hubungannya dengan kesehatan (Waryana,2016).

Sebagian besar siswa/i MI As-Syahid Kel.Jatiluhur Kec.Jatiasih Kota Bekasi sudah menerapkan PHBS di kehidupan sehari-hari, akan tetapi bagaimana menerapkan yang benar dan sesuai hampir semua siswa belum ada yang melakukannya, seperti bagaimana cara mencuci tangan yang benar, kapan saja waktu untuk mencuci tangan, makanan apa saja yang boleh dimakan, makanan apa saja yang boleh beli di kantin, dan apakah olahraga itu penting untuk tubuh. Dengan usia siswa/I yang rata-rata masih sibuk dengan kegiatan belajar dan bermain tentu akan menjadi hal yang biasa bagi siswa/i apabila PHBS tersebut tidak terlalu diperhatikan. Untuk itu siswa/I masih butuh banyak bimbingan agar PHBS dapat terus dilakukan baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah atau keluarga.



Gambar 1. Peta lokasi MI As-Syahid

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan dikarenakan masih kurangnya informasi yang diterima siswa/i tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) maka perlu dicari solusi atau jalan keluar. Salah satu cara pemecahan masalah tersebut adalah dengan memberikan informasi yang jelas kepada siswa/i sehingga memiliki pengetahuan yang cukup dan memadai dalam mengantisipasi timbulnya penularan penyakit di lingkungan sekolah. Berdasarkan uraian di atas maka diperlukan penyuluhan tentang PHBS di lingkungan sekolah. Dengan mendapatkan pengetahuan yang cukup, diharapkan siswa/i dapat melakukan tindakan dalam mencegah timbulnya penularan penyakit dan melindungi diri dari tertularnya penyakit

2. METODE PELAKSANAAN

Selama melakukan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN), kelompok kami membuat berbagai program untuk meningkatkan kesadaran Siswa/i mengenai pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Wilayah MI As-Syahid Kota Bekasi. Kegiatan dimulai dengan memberikan Edukasi Penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan menggunakan metode ceramah dan powerpoint serta media poster sebagai penerapannya. Sasarannya merupakan Siswa/I Kelas II MI As-Syahid, yaitu sebanyak kurang lebih 70 Siswa dari 3 Ruang Kelas yang berbeda untuk mengikuti kegiatan penyuluhan ini. Beserta 3 Wali Kelas yang merupakan guru di MI As-Syahid ikut membimbing dan mendampingi Siswa/i selama kegiatan penyuluhan berlangsung. Kegiatan pengabdian ini meliputi beberapa tahap pelaksanaan, yaitu :

a. Tahap Persiapan

Tahap ini seluruh siswa/I mengisi tempat yaitu Aula MI As-Syahid, menunggu kegiatan sosialisasi.

b. Pembukaan kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pembukaan kegiatan, dilanjutkan dengan pre test/tes awal bagi siswa untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum diberikan penyuluhan.

c. Penyampaian materi oleh Narasumber serta Demonstrasi

Penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah menggunakan powerpoint, serta Tanya jawab dengan hadiah serta Demonstrasi.

d. Kegiatan Akhir

Kegiatan diakhiri dengan pemberian tes akhir berupa Tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pemahaman siswa setelah diberikan penyuluhan.

3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Pelaksanaan program dilakukan dengan sistem offline atau turun langsung ke lapangan. Kegiatan dimulai pada hari Selasa, 09 Agustus 2022 pukul 08.00 hingga pukul 10.00 WIB. Bermitra dengan MI As-Syahid Kelurahan Jatiluhur Kecamatan Jatiasih, Kota Bekasi untuk memberikan edukasi berupa penyuluhan/sosialisasi dengan menggunakan media powerpoint dan poster serta dilakukannya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) terhadap Siswa/I Kelas II. Dengan tetap menerapkan protokol Kesehatan.

Tema pada Sosialisasi ini adalah “Sosialisasi Dan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Kelas II Di Madrasah Ibtidaiyah As-Syahid Kota Bekasi”. dimana tema ini diangkat karena masih banyaknya siswa/I yang masih kurang menerapkan PHBS ini terkhususnya dengan mencuci tangan pakai sabun, makan-makanan gizi seimbang dan pentingnya berolahraga bagi tubuh. Maka kelompok kami mengangkat program dan tema ini untuk memberikan ilmu dan menumbuhkan semangat kepada adik-adik pelajar khususnya Siswa/I Kelas II MI As-Syahid.

Berdasarkan penelitian Renni Nur Fatmawati dalam Ramadhanti (2019) membuktikan bahwa pemberian penyuluhan memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap. Penyuluhan sebagai proses perubahan pengetahuan dan sikap yang menuntut persiapan dan pengetahuan yang memadai bagi penyuluh maupun sarannya (Ramadhanti et al., 2019). Indikator keberhasilan ini adalah dengan terlihatnya perbedaan hasil test yang dilakukan dari pre-test dengan post-test. Yang mana jika hasil tersebut berbeda dan terlihat meningkat bisa dikatakan hasil dari pengabdian yang telah dilakukan berhasil dan menambah pengetahuan dari Siswa/i mengenai Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan dengan membagikan lembar pre-post test terlebih dahulu saat acara berlangsung. Dan dari hasil pre-post test secara tertulis, yang kita bagikan, jumlah responden yang didapat adalah 70 orang Didapatkan hasil sebagai berikut :

Hasil Kegiatan

Tabel 1. Hasil Pre-Test Sebelum Penyuluhan

No	Pengetahuan Siswa/i	F	Persentase (%)
1	Kurang	42	60%
2	Baik	28	40%
Total		70	100%

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan Siswa/i masih kurang memiliki pengetahuan mengenai Pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yaitu sebanyak 42 responden (60%), sedangkan siswa/i yang memiliki pengetahuan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang baik sebanyak 28 responden (40%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa kebanyakan dari total responden kurang dalam pengetahuan mengenai pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Setelah melakukan kegiatan penyuluhan, kami kelompok memberikan kembali kuesioner Post Test dan Kelompok kami kembali mengecek hasil Post Test yang dilakukan dan didapatkan hasil bahwa pengetahuan siswa/I kelas II MI As-Syahid

Tabel 2. Hasil Post-Test Sesudah Penyuluhan

No	Pengetahuan Siswa/i	F	Persentase (%)
1	Kurang	14	20%
2	Baik	56	80%
Total		70	100%

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan peningkatan hasil test, yang mana Siswa/i yang memiliki pengetahuan kurang mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat berkurang yaitu sebanyak 14 responden (20%), sedangkan Siswa/i yang memiliki pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang baik meningkat menjadi 56 responden (80%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dari Siswa/i setelah diberikan penyuluhan dilihat dari hasil post-test nya.

Keunggulan dari kegiatan pengabdian kami adalah mudahnya untuk dipahami karena saat penyuluhan berlangsung kami berusaha menggunakan Bahasa Indonesia yang baik, benar dan mudah dipahami oleh peserta sehingga peserta juga ikut memperhatikan penyuluhan kami. Dan juga keaktifan selama kegiatan penyuluhan yang mana Siswa/I Kelas II MI As-Syahid tersebut banyak yang bertanya mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hal ini juga didukung oleh penelitian Renni Nur Fatmawati dalam Ramadhanti (2019) membuktikan bahwa pemberian penyuluhan memberikan pengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap. Penyuluhan sebagai proses perubahan pengetahuan dan sikap yang menuntut persiapan dan pengetahuan yang memadai bagi penyuluh maupun sasarannya (Ramadhanti et al., 2019). Dan juga Kami menyediakan konsumsi berupa snack dan minuman sehingga

peserta yang hadir nyaman dalam mengikuti penyuluhan ini.

Tetapi kelemahan dari kegiatan penyuluhan ini adalah dikarenakan kondisi tempat penyuluhan yang tidak begitu luas sehingga para peserta yang datang duduk terlalu berdekatan dan membuat peserta tidak nyaman. Juga kesulitan yang kami alami adalah sound dari mic terus berdengung menjadikan kami kelompok harus menggeser kabel mic terus-menerus dan keadaan beberapa siswa/I yang tidak mau diam, sehingga kami lelah karena durasi penyuluhan yang cukup lama. Dan diakhir penyuluhan pun masih adanya siswa/I yang belum mengerti akan pertanyaan prepost-test tersebut sehingga kami harus menjelaskan kembali dan karena banyaknya peserta yang menghadiri penyuluhan sementara tempat yang tidak begitu luas sehingga harus duduk berdekatan akhirnya memicu kurangnya berkonsentrasi selama penyuluhan berlangsung.

Berikut beberapa dokumentasi selama penyuluhan berlangsung:

1. Pemaparan Materi PHBS



Gambar 1. Sosialisasi Mengenai PHBS kepada Siswa/i

2. Penerapan PHBS



Gambar 2. Penerapan Kegiatan PHBS

5. Foto Bersama



Gambar 3. Foto Bersama Dengan Guru dan Murid MI As-Syahid

4. Poster/Leaflet



Gambar 3. Poster yang dibagikan di 3 Ruang Kelas 2 MI As-Syahid

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan pada hasil pre-post Test penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat diketahui bahwa setelah diberikan penyuluhan pengetahuan Siswa/i meningkat. Saran kepada peserta kegiatan agar pengetahuan yang didapat dalam kegiatan penyuluhan ini dapat diterapkan di kehidupan sehari-hari agar terhindar dari dampak-dampak yang muncul akibat Perilaku Hidup yang tidak bersih. Mengingat masih banyaknya Siswa/i yang belum terpapar tentang PHBS, maka hendaknya sasaran dalam kegiatan ini lebih diperluas lagi tidak hanya kelas II SD di MI As-Syahid saja. Perilaku PHBS pada Siswa/i seringkali tidak terpantau dengan baik oleh karena itu perlu adanya kerjasama yang baik antara guru dan orang tua Siswa/i dalam mengevaluasi penerapan PHBS oleh Siswa/i.

Kegiatan ini mempunyai manfaat yang positif bagi Siswa/i, sehingga di kemudian hari bisa dijadwalkan kegiatan yang serupa dengan materi yang lebih beragam tidak hanya terpaku tiga materi tentang PHBS saja.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih saya ucapkan kepada Allah SWT yang telah mensukseskan acara penyuluhan ini. Tentu tidak lupa juga saya sampaikan terimakasih kepada berbagai pihak, diantaranya kepada pihak kampus saya, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Ibu Dr. Ir. Tri Yuni Hendrawati, M. Si, IPM, ASEAN.Eng selaku Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, Tim Pembina Kuliah Kerja Nyata dari Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) beserta staf yang telah memberikan bimbingan dan pengarahannya sebagai bekal terjun ke lokasi KKN, Bapak Ichwan Arifin, LCMM, CHRP, D selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah membimbing selama KKN. Dan kepada seluruh Siswa/I kelas II MI As-Syahid beserta Guru-guru sebagai pengawasannya yang telah berkenan mengikuti rangkaian kegiatan penyuluhan dari kami anggota kelompok sehingga berjalan dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Bur, N., & Septiyanti, S. (2020). **Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa.** Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat. <https://doi.org/10.37541/celebesabdimas.v2i1.301>
- Riskesdas, K. (2018). **Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS).** Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical, 44(8),1–200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Nugraheni H. Indarjo S. Sunat. 2018. **Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah.**
- Waryana.2016. **Promosi Kesehatan, Penyuluhan Dan Pemberdayaan Masyarakat.** Yogyakarta: NuhaMedika

Ramadhanti, C. A., Adespin, D. A., & Julianti, H. P. (2019). Perbandingan Penggunaan Metode Penyuluhan Dengan Dan Tanpa Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Tumbuh Kembang Balita. *Diponegoro Medical*

Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro), 8(1), 99–120.