

PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI YAYASAN BINA UMMAT, CILEDUG, TANGERANG, BANTEN.

Ilham Tri Sulisty¹, Pinta Saskia², Della Fitria³, Hani Oktaviyani⁴, Dwi Adi Kuncahyo⁵, Wa Ode Asmawati⁶

¹Ilmu Politik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

²Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta

³Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

⁴Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

⁵Ilmu Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

⁶Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

ilhamtyo119@gmail.com, pintasaskia@gmail.com, dellaft0201@gmail.com, hanioktaviyani@gmail.com,
dwiadikuncahyo@gmail.com, waode.asmawati@umj.ac.id.

ABSTRAK

Sikap kepedulian diri dalam menjaga kebersihan, perlu untuk diajarkan dengan baik dan benar. Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan cara yang paling tepat dalam memberikan edukasi tentang bagaimana cara menjaga diri dan kesehatan di lingkungan sekitar. Program ini merupakan salah satu program Kuliah Kerja Nyata (KKN) dari Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jakarta kepada Yayasan Bina Ummat, Ciledug. Dalam penyuluhan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS), Mahasiswa KKN Kelompok 72 mengajarkan kepada anak-anak panti dengan memberikan materi pokok dan praktek tentang bagaimana cara menjaga kesehatan dalam diri mereka dan lingkungan, seperti; tata cara mencuci tangan, menggosok gigi, menjaga kebersihan lingkungan di sekolah, dll. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 14 Agustus 2022. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah observasi secara terbuka, wawancara, penyuluhan materi dan praktek. Output dari kegiatan ini diharapkan berdampak baik bagi anak-anak dan yayasan dalam menjaga kebersihan melalui penyuluhan PHBS yang telah diberikan dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Kata kunci: Penyuluhan, PHBS, Yayasan

ABSTRACT

Self-care attitude in maintaining cleanliness, needs to be taught properly and correctly. Clean and Healthy Behavior (PHBS) is the most appropriate way to provide education about how to take care of yourself and the health of the surrounding environment. This program is one of the Real Work Lecture (KKN) programs from Muhammadiyah University students in Jakarta to the Bina Ummat Foundation, Ciledug. In the counseling on Clean and Healthy Lifestyle (PHBS), the Group 72 KKN students taught orphanage children by providing basic materials and practices on how to maintain health in themselves and the environment, such as; procedures for washing hands, brushing teeth, maintaining a clean environment at school, etc. This activity was carried out on 12 and 14 August 2022. The methods used in the implementation of the Real Work Lecture (KKN) were open observation, interviews, material counseling and practice. The output of this activity is expected to have a good impact on children and the foundation in maintaining cleanliness through PHBS counseling that has been given and can be applied in their daily lives.

Keywords: Counseling, PHBS, Institution

1. PENDAHULUAN

Yayasan Bina Ummat merupakan Yayasan di kawasan Ciledug, Tangerang, Banten. Sebagai lembaga Sosial yang bergerak di bidang pengasuhan bagi anak yatim dan dhuafa sekitar lingkungan tersebut, agar mereka bisa mendapatkan kehidupan, pendidikan, bimbingan pendidikan yang sama untuk bekal masa depan mereka. Saat ini Yayasan Bina Ummat memiliki anak asuh berjumlah 100 anak yang tinggal di Asrama, sementara yang masih tinggal di luar asrama sebanyak 400 orang anak. Hal ini, karena melebihi kapasitas Yayasan asuhan yatim dan dhuafa.

Adapun Visi dan Misi Yayasan Bina Ummat, sebagai berikut:

Visi: Menjadi Organisasi Sosial terdepan dalam mewujudkan masa depan anak yatim dan dhuafa.

Misi:

1. Pemberdayaan potensi yatim dan dhuafa.
2. menjadi fasilitator yang memiliki integritas.
3. Menjadi Organisasi yang Profesional dan Modern.
4. Menjadi Organisasi yang lebih peduli terhadap lingkungan hidup.

Tujuan berdirinya Yayasan Bina Ummat adalah:

1. Meningkatkan taraf hidup anak yatim dan dhuafa agar mendapatkan penghidupan yang layak.
2. Memberikan pendidikan untuk anak-anak agar lebih baik di masa depan.
3. Memberikan tempat tinggal atau asrama yang layak untuk anak asuh.
4. Menyalurkan donasi, Zakat, Infaq, dan Sedekah kepada anak yatim dan dhuafa yang tinggal di luar asrama.
5. Menyalurkan Wakaf untuk di kelola menjadi ekonomi kreatif untuk pengembangan Yayasan seperti Asrama dan fasilitas Pendidikan.

Sebelum Mahasiswa KKN kelompok 72 melakukan pelaksanaan program, Mahasiswa melakukan observasi ke tempat sasaran yaitu di Yayasan Bina Ummat, Ciledug. Observasi dilakukan untuk mengetahui kebutuhan yang diperlukan sebelum melaksanakan program. Ketika melakukan observasi secara terbuka, melihat situasi dan kondisi yayasan terlihat memprihatinkan. Ketika berada di Yayasan pun

terasa tidak nyaman dengan lantai yang kotor. Keadaan yayasan kurang terawat dengan baik, dapat dilihat dari halaman depan, halaman utama, ruangan dapur, dan kamar tidur didalamnya.



Gambar 1. Kondisi halaman depan panti



Gambar 2. Kondisi dapur yang kurang terawat dengan baik dan lantai yang kotor.



Gambar 3. Kondisi ruangan utama panti

Setelah melakukan observasi, mahasiswa mendiskusikan dan sepakat dalam menjalankan program Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Yayasan Bina Ummat, Ciledug. PHBS merupakan singkatan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Sedangkan pengertian PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga panti dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri

utamanya tentang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat (Depkes RI, 2007) dalam Nurhajati (2015). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat.

Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga, karena rumah tangga yang sehat merupakan aset atau modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota rumah tangga mempunyai masa rawan terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular, oleh karena itu untuk mencegah penyakit tersebut, anggota rumah tangga perlu diberdayakan untuk melaksanakan PHBS (Depkes, 2013).

Tujuan adanya penyuluhan PHBS adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses pengetahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu – individu dalam menjalankan kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan.

Menurut Depkes RI (2006) dalam Aminullah (2019) menyatakan bahwa salah satu perilaku hidup bersih dan sehat adalah mencuci tangan dengan bersih menggunakan sabun setelah buang air besar dan sebelum makan. Peningkatan kebersihan perorangan adalah salah satu kegiatan pencegahan dari berbagai penyakit diantaranya adalah cacingan. Dengan memberikan pemahaman kepada anak-anak yayasan tentang pentingnya PHBS, maka diharapkan mampu mengubah perilaku lebih baik. Dalam hal ini, Mahasiswa mengajarkan dan mempraktikkan untuk mengetahui tata cara mencuci tangan dengan baik dan benar, agar terhindar dari segala penyakit yang merugikan.

Dalam memberikan pemahaman perilaku bersih dan sehat, sudah seharusnya dilakukan sejak dini. Diajarkan dalam memberikan

pemahaman perilaku yang bersih dan sehat sehari-hari, agar tidak berdampak buruk bagi diri sendiri. Gaya hidup bersih dan sehat dapat dilakukan dengan cara yang sederhana dan memulainya untuk menjadi kebiasaan, seperti: mencuci tangan sebelum makan, menggosok gigi, dan membersihkan lingkungan. Akan tetapi, perlu mengetahui tahapan atau tata cara yang baik dalam mencuci tangan dan menggosok gigi dengan baik dan benar. Menggosok gigi tanpa memperhatikan teknik yang baik dan benar akan menimbulkan masalah pada gigi dan mulut. Pada gigi akan terbentuk penimbunan flek yang akan menimbulkan kerusakan pada gigi yang disebabkan oleh bakteri yang menumpuk pada plek gigi (Handayani dkk, 2016).

2. METODE PELAKSANAAN

Dalam pelaksanaannya, metode yang digunakan oleh Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata Kelompok 72 adalah kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sebagian anggota Tim pelaksana KKN kelompok 72 bertugas menjelaskan materi yang akan disampaikan atau materi terkait dan yang lainnya mendokumentasikan kegiatan yang sedang berjalan. Kegiatan ini dilaksanakan secara offline dan dimulai pada jam 10.00 WIB. Mitra dalam program kegiatan ini adalah Yayasan Bina Ummat, Ciledug, Tangerang.



Gambar 4. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Setelah melakukan assessment dengan melihat situasi dan kondisi, maka dapat disimpulkan bagaimana pentingnya PHBS apabila di terapkan di dalam Yayasan. Dengan begitu, besar harapan Kelompok 72 pada kegiatan KKN ini agar mampu memberikan solusi dan menjadi wadah mahasiswa dalam mengedukasi kepada anak-anak yang ada di Panti. Mahasiswa membuat media pembelajaran yang meliputi materi serta

menampilkan video animasi terkait PHBS, agar mampu dipahami dan diterapkan dengan baik.

Kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan baik, dan mampu memberikan dampak positif bagi permasalahan kebutuhan Yayasan tersebut. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan untuk mengatasi masalah dalam perilaku hidup yang bersih dan sehat dengan memberikan pemahaman khususnya bagi anak-anak dan Yayasan Bina Ummat, Ciledug.

3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan pada Hari Minggu, Tanggal 14 Agustus 2022 pukul 10.00 WIB, Di Yayasan Bina Ummat Ciledug, Tangerang. Dalam pelaksanaan kegiatan penyuluhan PHBS ini di hadiri oleh Ketua Yayasan Bina Ummat, Pengurus Yayasan, 15 santriwati Yayasan Bina Ummat (Jenjang SD hingga SMK), dan segenap panitia KKN kelompok 72.

Kegiatan ini diawali dengan pembukaan, Sambutan Ketua Yayasan Bina Ummat, Ketua Pelaksana, Memberikan materi dan praktek tentang PHBS, Bakti Sosial, dan Penutup. Pada saat berlangsungnya penyampaian materi, Mahasiswa menjelaskan materi dasar di mulai mengenai “apa itu PHBS?” dan penerapan PHBS dalam diri, sekolah, dan kepedulian terhadap di lingkungan untuk adik – adik dari Yayasan Bina Ummat.

Selanjutnya, Mahasiswa menjelaskan betapa pentingnya mencuci tangan, sikat gigi dengan baik serta makan makanan yang bergizi. Dengan memberi gambaran PHBS seperti langkah-langkah Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), Menggosok Gigi dengan baik dan benar, Memakan Makanan Gizi Seimbang (4 Sehat 5 Sempurna) dan rajin untuk menggunting Kuku pada adik – adik dari Yayasan Bina Ummat.

Lalu tidak lupa, mahasiswa memberi pemahaman kepada adik-adik terkait pentingnya pemilihan camilan atau jajanan yang akan menyebabkan gangguan kesehatan dikarenakan kandungan camilan yang mengandung bahan-bahan berbahaya seperti zat pengawet atau formalin, penyedap makanan dan boraks. Selanjutnya, menonton video Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Mengosok Gigi yang baik dan benar bersama dengan adik

– adik dari Yayasan Bina Ummat. Selama penyampaian materi, mahasiswa berusaha menyampaikan dengan baik, santai, juga dengan melibatkan adik-adik untuk membaca materi bersama yang ada di depan mereka dengan tujuan agar adik-adik tidak mengantuk, bosan dan tertarik untuk menyimak hingga akhir.



Gambar 5. Materi Mencuci tangan dengan Baik dan Benar.



Gambar 6. Materi Cara menggosok gigi yang benar.



Gambar 7. Materi pentingnya makan makanan yang bergizi.



Gambar.8 Proses penyuluhan di panti



Gambar 9. Dalam kedua gambar diatas, Mahasiswa KKN 72 Kelompok 1 menyampaikan Materi PHBS kepada anak-anak Yayasan Bina Ummat.



Gambar 10. Pemberian hadiah kepada pemenang tanya jawab.

Setelah selesai menjelaskan materi mengenai PHBS, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab kepada anak-anak panti dengan memberikan soal terkait pembahasan materi PHBS yang sudah dibahas sebelumnya. apabila berhasil menjawab dengan baik dan benar, maka akan diberikan hadiah kepada 1 orang anak yang tercepat mengacungkan tangan dan tepat dalam menjawab.



Gambar 11. Pemberian hadiah kepada seluruh adik-adik panti.

Setelah selesainya acara kegiatan penyuluhan PHBS, Mahasiswa Kelompok 1 yang merupakan bagian dari Kelompok 72 Kuliah Kerja Nyata (KKN) memberikan hadiah kepada adik-adik panti. Hadiah tersebut berupa tempat makan dan minum diberikan kepada adik-adik yayasan, karena sudah mau berpartisipasi dalam kegiatan Penyuluhan PHBS di Yayasan Bina Ummat.



Gambar 12. Selesainya rangkaian kegiatan dan di akhiri dengan sesi foto bersama.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan Terima Kasih kepada LPPM Universitas Muhammadiyah Jakarta, Terima Kasih kepada Ibu Wa Ode Asmawati, S.P, M.Si. selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) kelompok KKN 72 yang selalu membimbing, mengarahkan dalam pelaksanaan program KKN berlangsung, Terimakasih kepada ketua mitra dan segenap Pengurus Yayasan Bina Ummat, karena mampu bekerjasama dengan baik dan lancar, Terimakasih kepada seluruh Kelompok Kecil 1 dalam mensukseskan rangkaian program dengan baik, dan pihak-pihak yang terlibat dalam melaksanakan

kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN).

DAFTAR PUSTAKA

- Aminullah. (2019). Penyuluhan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa di SDN 183 Rabu dan SDN 196 Kasisi Desa Tallunggura Kecamatan Curio Kabupaten Enrekang. *Maspul Journal of Community Empowerment* 1 (1).
<https://ummaspul.ejournal.id/pengabdian/article/view/227/123>.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2005). Laporan Hasil Survei Morbiditas Cacingan. Jakarta: Ditjen PPM & PLP. Depkes RI.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2006). Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta.
- Departemen Kesehatan RI. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta; 2013.
- Departemen Kesehatan RI., Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Bakti Husada, 2011
- Handayani R, Novaryatiin S & Ardhany S D. (2016). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak-Anak Tingkat Sekolah Dasar Di Desa Tabore Kecamatan Mantangai Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika* 2 (1).
- Kementerian Kesehatan RI. 2011. Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Jakarta.
- Nurhajati N. (2015). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. *Publiciana: Jurnal Ilmu-Ilmu Sosial Universitas Tulungagung* 8 (1) Print ISSN 1979-0295 Online ISSN 2502-7336 Doi: 10.36563.
<https://journal.unita.ac.id/index.php/publiciana/article/view/43>.