

## Edukasi Mengenai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) kepada Paud Kb Nurul Ikhlas.

Alvya Khumary Salsabilla<sup>1,\*</sup>, Alya Agustina<sup>2</sup>, Ahmad Muharidul Alam<sup>3</sup>, Budiman<sup>4</sup>.

<sup>1</sup>Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

<sup>2</sup>Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

<sup>3</sup>Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H. Ahmad Dahlan, Cireundeu, Kec. Ciputat Tim., Kota Tangerang Selatan, Banten, 15419

\*[Alvyaksabil@gmail.com](mailto:Alvyaksabil@gmail.com) , [Alyaagustina228@gmail.com](mailto:Alyaagustina228@gmail.com) , [Haridz852018@gmail.com](mailto:Haridz852018@gmail.com)

### ABSTRAK

Paud Kb Nurul Ikhlas Pondok Petir merupakan mitra dalam melaksanakan program kerja kelompok KKN 87. Paud Kb Nurul Ikhlas tersebut didirikan pada tahun 2007 dengan tujuan agar dapat menjadi sebuah sarana dan prasarana yang memumpuni untuk menjadi pendidikan awal anak-anak di Rt.03/01, Pondok Petir, Bojongsari, Depok. Oleh karena itu kelompok kkn 87 melakukan penyuluhan edukasi kepada Paud kb Nurul Ikhlas tersebut guna untuk membimbing mengedukasi dan memberikan pengarahan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat serta penyuluhan mengenai perbedaan sampah organik dan anorganik. Edukasi ini dilakukan dimasa pasca Covid-19. Maka tema yang diambil dari penyuluhan ini ialah mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Tema tersebut diambil karena edukasi mengenai langkah-langkah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dikehidupan sehari-hari sangat penting dimasa pasca pandemic Covid-19. Tujuan diambilnya tema tersebut agar dapat mengedukasi, membimbing, serta memberikan arahan kepada anak-anak usia dini agar dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

**Kata kunci:** Paud, Penyuluhan, Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS),

### ABSTRACT

*Paud Kb Nurul Ikhlas Pondok Petir is a partner in implementing the work program of the KKN 87 group. Early Childhood Education Nurul Ikhlas was established in 2010 with the aim of becoming a qualified facility and infrastructure for the initial education of children in Rt.03/01, Pondok Petir, Bojongsari, Depok. Therefore, the kkn 87 group carried out educational counseling to the Nurul Ikhlas KB Paud in order to guide and provide direction on clean and healthy living behavior as well as counseling on the difference between organic and inorganic waste. This education is carried out in the post-Covid-19 era. So the theme taken from this counseling is about clean and healthy living behavior (PHBS). The theme was taken because education about the steps of clean and healthy living behavior (PHBS) in daily life is very important in the post-Covid-19 pandemic. The purpose of this theme is to educate, guide, and provide direction to early childhood children so that they can apply clean and healthy living behaviors in their daily lives.*

**Keywords:** *Childhood Education, Counseling, Clean and Healthy Life Behavior.*

## 1. PENDAHULUAN

Menurut kemendiknas 2004 dalam (Anwas, 2011) pengabdian kepada masyarakat dapat dilaksanakan pada berbagai macam kegiatan. Secara rinci terdapat 4 program dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

pertama, program Vocer ialah sebuah kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penerapan serta pengembangan hasil dari penelitian didalam Perguruan Tinggi.

kedua, program Vocer Multi Tahun ialah kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penerapan dan pengembangan hasil dari penelitian oleh Perguruan Tinggi yang dilaksanakan selama 3 tahun.

ketiga, unit usaha dan industry adalah program untuk mendukung upaya pengembangan otonomi Perguruan Tinggi.

kempat, potensi masyarakat sinergi pemberdayaan merupakan realisasi dari kebijakan pemerintah.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan suatu kegiatan yang termasuk dalam kurikulum sebagai suatu syarat kelulusan mahasiswa. Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah sebuah kegiatan dari kegiatan akademik yang bersifat sosial aplikatif dimana mahasiswanya dapat terjun langsung kepada masyarakat dan dapat menerapkan pengetahuan yang sudah didapatkan di perkuliahan.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilaksanakan oleh kelompok 87 ialah kegiatan penyuluhan kepada Paud Kb Nurul Ikhlas dengan tema “peran penting perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari”.

Menurut kemenkes (2015), salah satu cara dalam meningkatkan meningkatkan posisi kesehatan masyarakat ialah kementerian kesehatan melalui pusat promosi kesehatan melaksanakan program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini dapat dilaksanakan dalam berbagai lingkungan masyarakat. Seperti lingkungan rumah tangga, sekolah, tempat kerja, dan tempat-tempat umum lainnya. Menurut data

nasional presentasi PHBS pada tahun 2014 sebesar 56,58%.

Pendidikan kesehatan diartikan sebagai sebuah upaya yang diberikan berupa sebuah bimbingan kepada para peserta didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek kesehatan pribadi (kemendikbud RI, 2013)

Menurut Notoatmodjo (2010), perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ialah faktor kedua terbesar setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu kelompok dan masyarakat. Perilaku ini berkaitan dengan pengetahuan akan pentingnya sikap dalam menanggapi sebuah penyakit dan tindakan yang dapat dilakukan dalam menghadapi permasalahan kesehatan lainnya.

Penyuluhan edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini di laksanakan di Paud Kb Nurul Ikhlas ini ialah sebagai bentuk upaya membimbing siswa mampu melakukan PHBS dan dapat berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

Berdasarkan hal tersebut kelompok 87 memutuskan untuk melakukan penyuluhan kepada anak-anak di sekolah Paud Kb Nurul Ikhlas, Dimana sekolah tersebut Rt.03/01, Pondok Petir, Bojongsari, Depok. Tujuan kegiatan KKN di sekolah Paud kb Nurul Ikhlas Rt.03/01, Pondok Petir, Bojongsari, Depok ialah:

1. Agar siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas mempunyai kesadaran akan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)
2. Agar siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas mempunyai kebiasaan untuk mencegah penyakit serta menjaga lingkungan agar tetap sehat

Kegiatan KKN ini dilaksanakan pada tanggal 2 Agustus 2022 dan 3 Agustus 2022 pukul 10.00 – 11.30 WIB yang berlokasi di Rt.03/01, Pondok Petir, Bojongsari, Depok. Pada hari tersebut kami memberikan sebuah penyuluhan kepada siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan mengajarkan tata cara cuci tangan yang baik dan benar serta mempraktikannya secara langsung kepada

siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas. Diharapkan kedepannya para siswa/siswi dapat mempunyai kesadaran akan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan mempunyai kebiasaan untuk mencegah penyakit serta menjaga lingkungan agar tetap sehat dalam kehidupan sehari-hari.

## 2. METODE

Pelaksanaan kegiatan KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta pada tahun 2022 ini bertempat di Depok Jawa Barat dimulai pada tanggal 02 Agustus 2022. Dalam pelaksanaannya kegiatan ini dilakukan secara langsung di lokasi Paud Kb Nurul Ikhlas dan dipantau langsung oleh kepala sekolah dari Paud Kb Nurul Ikhlas yaitu ibu Rizka Nurafiana S.Pd.

Seluruh kegiatan KKN kelompok 87 ini dipantau juga oleh lembaga institusi melalui Dosen Pembimbing Lapangan dengan rencana yang terstruktur. Hal ini dapat dilihat dari berbagai macam proses kegiatan yang dilaksanakan oleh panitia dan peserta KKN secara kelompok dan tiap individu (prodi) yang meliputi berbagai macam persiapan sampai laporan ini terselesaikan. Kegiatan-kegiatan tersebut meliputi:

### a. Tahap Survei mandiri

Dalam melakukan kegiatan KKN ini, mahasiswa melakukan survei mandiri ke lokasi sesuai domisili salah satu anggota kelompok terlebih dahulu yang berlokasi di Paud Kb Nurul Ikhlas Rt.03/01, Pondok Petir, Bojongsari, Depok.

### b. Tahap persiapan

Proses persiapan ini dilakukan secara materi dan kesiapan fisik serta mental yang matang oleh seluruh anggota kelompok untuk mengikuti kegiatan penyuluhan program perilaku hidup sehat dan bersih (PHBS).

Persiapan dalam pelaksanaan program ini KKN ini mahasiswa secara mandiri melakukan observasi ke daerah setempat yang bertujuan untuk memahami struktur pendidikan, kebutuhan, dan kebiasaan siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas.

Setelah memahami struktur pendidikan, kebutuhan, dan kebiasaan siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas. Mahasiswa melakukan riset terlebih dahulu materi apa yang akan digunakan dalam penyuluhan edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) kepada siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas.

### c. Waktu Kegiatan

Kegiatan ini kami lakukan pada tanggal 02 Agustus 2022 pada pukul 10.00 – 11.30 WIB yang dilaksanakan langsung di sekolah Paud Kb Nurul Ikhlas yang dipantau langsung oleh kepala sekolah Paud Kb Nurul Ikhlas yaitu ibu Rizka Nurafiana S.Pd.

### d. Tahap pelaksanaan dan kegiatan

Sebelum dilaksanakannya metode penyuluhan untuk para siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas, kami terlebih dahulu memperkenalkan diri kepada para siswa/siswi Paud kb Nurul Ikhlas agar mereka dapat mengenal kami. Setelah itu kami menjelaskan secara mudah mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan mempraktikannya langsung dengan tujuan agar kami dapat mengetahui apakah siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas sudah memahami mengenai materi yang sudah kami sampaikan serta agar siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas dapat mempraktikannya dalam kehidupannya sehari-hari.



**Gambar 1.** Foto bersama siswa/siswi dan guru di Paud Kb Nurul Ikhlas

### e. Kendala

Ada beberapa kendala yang dialami dalam program ini diantaranya ialah

karena penyuluhan edukasi ini dilaksanakan kepada anak-anak Paud yang umurnya masih sekitar 4-5 tahun maka dalam menjelaskan mengenai materi tersebut haruslah dibawa kedalam suasana yang ceria serta riang dan gembira agar anak-anak tersebut tidak bosan selama penyuluhan berlangsung serta juga dapat memahami materi yang diberikan oleh para mahasiswa dengan baik sehingga dapat diimplementasikan ke dalam kehidupan sehari-hari.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) kelompok 87 memiliki sebuah tema program yaitu “peran penting perilaku hidup sehat dan bersih (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari” yang dilaksanakan pada Selasa, 02 Agustus 2022 pukul 10.00 – 11.30 WIB di Paud Kb Nurul Ikhlas. Dihadiri oleh 25 siswa/siswi dari Paud Kb Nurul Ikhlas serta dihadiri juga oleh guru-guru dari Paud Kb Nurul Ikhlas. Agenda acara kegiatan program ini ialah sebagai berikut:

1. Pembukaan
2. Perkenalan diri masing-masing anggota
3. Perkenalan diri siswa/siswi dari Paud Kb Nurul Ikhlas
4. *Ice Breaking* (membawakan lagu anak-anak)
5. Materi “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)”
6. Praktek cuci tangan dengan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar
7. Makan siang
8. Penutup

Kegiatan ini didampingi langsung oleh kepala sekolah Paud Kb Nurul Ikhlas yaitu ibu Rizka Nurafiana S.Pd dan juga oleh guru-guru Paud Kb Nurul Ikhlas.

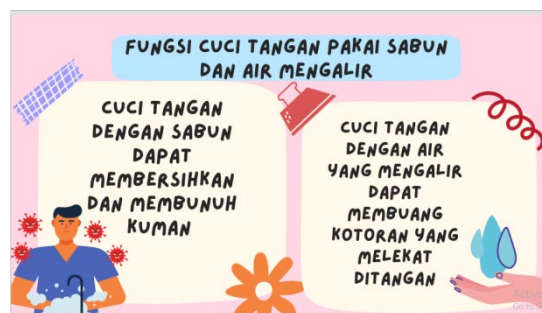
Setelah mahasiswa memperkenalkan diri kepada siswa/siswi dari Paud Kb Nurul Ikhlas dan juga para siswa/siwi memperkenalkan diri kepada mahasiswa dan teman-temannya.

Selanjutnya mahasiswa melakukan *ice breaking* kepada siswa/siswi dengan memutarakan dan membawakan lagu anak-anak agar dapat menghidupkan suasana sebelum masuk ke dalam materi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Setelah melakukan *ice breaking*, agenda selanjutnya ialah materi penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang disampaikan oleh Alya Agustina. Materi yang disampaikan berisi mengenai apa itu PHBS, alasan mengapa perlu PHBS, dan apa yang harus dilakukan.



Gambar 2. Materi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)



Gambar 3. Materi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

Selain itu juga kami menjelaskan mengenai 6 langkah cara cuci tangan yang baik dan benar diantaranya ialah:

1. Basahi tangan gosok sabun pada telapak tangan
2. Usap dan gosok kedua telapak tangan dengan sabun
3. Gosok kedua punggung tangan secara bergantian
4. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci



5. Gosok dan putar ibu jari secara bergantian. Letakkan ibu jari ke telapak tangan kemudian gosok secara perlahan.
6. Bilas dengan air bersih dan keringkan.



**Gambar 4.** Poster mengenai langkah-langkah cuci tangan

Setelah menyampaikan materi kepada siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas. Anak-anak tersebut langsung mempraktikkannya di dalam lingkungan sekolah dan mahasiswa pun juga membimbing langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar yang diharapkan jika langsung dipraktikkan siswa/siswi tersebut dapat memahami materi yang diberikan dan dapat diimplementasikan secara langsung



**Gambar 5.** Praktik cuci tangan dengan baik dan benar



**Gambar 6.** Praktik cuci tangan dengan baik dan benar

Setelah melakukan cuci tangan, agenda selanjutnya ialah makan siang dengan bekal yang sudah disiapkan oleh masing-masing siswa/siswi yang sudah mereka bawa dari rumah untuk makan siang bersama teman-teman dan juga bersama mahasiswa KKN kelompok 87



**Gambar 7.** makan siang bersama teman-teman dan juga bersama mahasiswa KKN kelompok 87

Kegiatan ini ditutup dengan membaca hamdallah dan juga diakhiri dengan foto bersama dengan siswa/siswi dan juga para guru yang sudah mendampingi selama kegiatan ini berlangsung. Kegiatan ini berjalan lancar tanpa adanya sebuah hambatan sesuai yang kami harapkan.



**Gambar 8.** Foto bersama siswa/siswi dan guru di Paud Kb Nurul Ikhlas



**Gambar 9.** Pemberian Cendramata pada guru di Paud Kb Nurul Ikhlas

#### 4. KESIMPULAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) ialah sebuah kegiatan yang termasuk kedalam kurikulum sebagai syarat kelulusan bagi mahasiswanya. Selain itu merupakan salah satu bagian dari kegiatan akademik yang bersifat sosial yang dimana mahasiswa dapat terjun secara langsung kepada masyarakat dan dapat mengimplementasikan pengetahuan yang sudah diperoleh didalam bangku perkuliahan. Kegiatan ini juga merupakan salah satu kegiatan mahasiswa dapat menjunjung tinggi dan mengabdikan Tri Dharma Perguruan tinggi.

Salah satu program dari KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta pada kelompok 87 ialah program penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang dilaksanakan pada Selasa, 02

Agustus 2022 pada pukul 10.00 WIB – 11.30 WIB.

Kegiatan ini dihadiri oleh 25 peserta siswa/siswi Paud Kb Nurul Ikhlas. Dengan materi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) dan juga Praktek cuci tangan dengan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Dalam kegiatan ini anak-anak terlihat antusias pada materi yang disampaikan serta mereka berperan aktif dalam proses penyuluhan yang diberikan.

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Pada kesempatan kali ini kami banyak mengucapkan terimakasih yang tak terhingga atas doa, dukungan, bantuan, bimbingan, serta arahan kepada:

1. Dr. Ma'Mun Murod, M.S.i. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan KKN UMJ 2022.
2. Dr. Lusi Andriyani, SIP. M.S.i, selaku Ketua Pelaksana KKN UMJ 2022.
3. Budiman, S.T., M.T. selaku Dosen Pembimbing Lapangan yang telah sabar dan aktif dalam membimbing, memberikan arahan, dan motivasi kepada kami dan membantu baik secara material maupun non-material dalam KKN UMJ 2022.
4. Bapak Nursan selaku ketua RT 03 JL.Raya Pondok Petir yang telah mengizinkan kami untuk bermitra di wilayah nya.
5. Rizka Nur afiana S.Pd selaku pemilik PAUD Nurul Ikhlas yang telah mengizinkan serta mendukung program yang kami jalankan di PAUD Nurul Ikhlas di JL. Raya Pondok Petir.
6. Rekan-rekan kelompok 87 yang telah berjuang bersama dalam melaksanakan program kerja pada KKN UMJ 2022.

#### DAFTAR PUSTAKA

Anwas, O. M. (2011). Kuliah Kerja Nyata Tematik Pos Pemberdayaan Keluarga Sebagai Model Pengabdian Masyarakat Di Perguruan Tinggi. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan*. 17(5).

Notoatmodjo, S. 2010. Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta

Kemenkes, RI. 2015. Peraturan Menteri Kesehatan Replubik Indonesia nomor : 2269/MENKES/PER/XI/2001-Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta : Kementerian Kesehatan RI