

SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI MI RAUDLATUSSHIBYAN

Aditya Ardiansyah¹, Ayu Nugraheni², Kharisma Laela Andini³

¹Administrasi Publik, FISIP, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH Ahmad Dahlan, Cirendeu, Kode Pos 15519

²Administrasi Publik, FISIP, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH Ahmad Dahlan, Cirendeu, Kode Pos 15519

³Ilmu Komunikasi, FISIP, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. KH Ahmad Dahlan, Cirendeu, Kode Pos 15519

*Email: adityaardiansyah765@gmail.com, ayunugraheni93@gmail.com,
kharismaandini08@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Atau dengan kata lain, sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Hal itu bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari – hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat. Jadi, Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di MI Raudlatusshibyan untuk memberikan edukasi kepada siswa/i terkait perilaku hidup bersih dan sehat, yang nantinya bisa dipraktikkan sehari-hari, baik itu di sekolah ataupun di rumah. Selain itu, pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat juga untuk menularkan kepada keluarga, teman, mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga nanti terciptanya masyarakat yang sehat.

Kata kunci: *Sosialisasi, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, MI*

ABSTRACT

Clean and Healthy Life Behavior are all health behaviors that are carried out because of personal awareness so that families and all members are able to help themselves in the health sector and have an active role in community activities. Or in other words, an effort to transmit experiences regarding healthy living behavior through individuals, groups or the wider community with communication channels as a medium for sharing information. It aims to make as many community members as possible agents of change in order to be able to improve the quality of daily behavior with the aim of living clean and healthy. So, the Socialization of Clean and Healthy Living Behavior at MI Raudlatusshibyan is to provide education to students regarding clean and healthy living behaviors, which can later be practiced every day, be it at school or at home. In addition, the habit of clean and healthy living behavior is also to transmit to family, friends, about clean and healthy living behavior, so that later a healthy society will be created.

Keywords: *Socialization, Clean and Healthy Lifestyle, MI*

1. PENDAHULUAN

Anak-anak tentunya tak bisa lepas dari kebersihan dan kesehatan, baik di rumah ataupun di sekolah. Seringkali, anak-anak luput untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, maka yang terjadi anak-anak diserang oleh penyakit. Pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat rasanya perlu di edukasikan kepada anak-anak, agar nantinya terbiasa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Selain itu juga, kondisi anak-anak tidak gampang terserang penyakit, karena kondisi fisik anak-anak selalu sehat. Upaya untuk menciptakan dan melestarikan perilaku hidup yang berorientasi pada kebersihan dan kesehatan di masyarakat, terutama pada anak-anak, agar anak-anak dapat mandiri mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan yang dihadapi, sehingga jika dewasa kelak, anak-anak tersebut tetap membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat.

James J. Heckman, pemenang Nobel bidang ekonomi dalam studinya mengenai Human Capital Policy (2003) mengungkapkan bahwa “investasi yang diberikan pada kelompok penduduk yang berusia dini akan dipetik hasilnya pada tahap-tahap berikutnya dari siklus hidupnya. Hal ini terjadi karena kemampuan kognitif dan non kognitif yang diperoleh pada tahap awal akan memudahkan seseorang untuk belajar”. Anak mempunyai posisi yang strategis sebagai “cikal bakal” sebuah kelompok masyarakat baru dan menjadi penentu nasib perjalanan kelompok tersebut. Dengan lingkungan yang mendukung, anak-anak akan tumbuh dan berkembang secara optimal dan berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat. Oleh karena itu, lembaga SD/MI dan lembaga pendidikan sederajat lainnya merupakan sasaran strategis untuk menanamkan nilai-nilai positif kepada anak usia dini, serta memperkenalkan dan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat.

Dalam UU Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan

bahwa “Kesehatan Sekolah” diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Maka, hal tersebut seharusnya menjadi dasar hukum bagi pihak sekolah untuk menjalankan atau menghidupkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di lingkungan sekolah. Karena sesuai dengan UU Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan bahwa “Kesehatan Sekolah” diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas kesadaran pribadi. Walau demikian, apa yang diterapkan pada PHBS tergantung dari lingkungannya, misalnya di lingkungan tempat tinggal, sekolah, perkantoran, dan tempat lainnya. Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu

dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Mereka diharapkan untuk bisa melakukan pola hidup sehat demi terciptanya sekolah dan lingkungan sekitar yang sehat. Meskipun penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) didasari oleh ruang lingkungannya, tujuan PHBS secara umum tetaplah sama, yakni meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Kehadiran program ini diharapkan bisa membuat masyarakat terhindar dari berbagai masalah kesehatan, termasuk virus covid-19.

Program PHBS di sekolah sangatlah penting untuk dilakukan mengingat kita semua masih berada di masa pandemi

covid-19. Melakukan PHBS di sekolah dapat membantu siswa siswi dalam melakukan kegiatan pembelajaran tatap muka karena dapat menjaga badan agar tetap sehat dan dapat membantu mencegah penyebaran virus covid-19 di lingkungan sekolah. Program

PHBS yang di rancang oleh kelompok 28 KKN UMJ menasar siswa dan siswi di MI Raudlatussibyan dari kelas 1-3. Program ini memberikan informasi kepada siswa siswi di MI Raudlatussibyan dari kelas 1-3 karena biasanya siswa siswi pada masa-masa tersebut kurang memperhatikan pola hidup bersih.

Pendidikan kesehatan (sosialisasi) tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa/i sangat perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan siswa/i, teman, serta keluarga, sehingga mereka dapat mengaplikasikan didalam kehidupan sehari-hari. Maka dari itu, Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menasar siswa/i kelas 1, 2, dan 3 di MI Raudlatussibyan sebagai pihak yang akan di sosialisasikan. Materi yang digunakan untuk Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa/i kelas 1, 2, dan 3 di MI Raudlatussibyan adalah mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya.

Semakin dini siswa/i dikenalkan dengan PHBS dibawah bimbingan para guru di sekolah, maka semakin melekat PHBS tersebut dalam kehidupannya sehari-hari di masa mendatang. Hal itu berguna untuk siswa/i dalam kehidupannya di masa mendatang, akan terus berperilaku hidup bersih dan sehat, baik itu di rumah, sekolah, ataupun dimana saja. Dan juga, mengedukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada keluarga, teman, sahabat, dan yang lainnya.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang dilakukan secara persuasif dan juga tahapan kegiatan yang dilakukan bagi pelaksanaan program KKN UMJ kelompok 28 pada mitra:

- Menjelaskan dengan menggunakan infocus terkait mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya.
- Menonton video terkait mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya.
- Mempraktikkan langsung dengan peserta terkait mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya.
- Dan dilanjutkan dengan tanya jawab, yang bisa menjawab mendapatkan hadiah.

3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Pelaksanaan kegiatan KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta Kelompok 28 tahun Akademik 2022-2023 telah dilakukan dengan baik. Secara keseluruhan, program Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat terlaksana dengan baik sesuai rencana. Keberhasilan program kegiatan KKN ini, tidak lepas dari dukungan, partisipasi dan peran serta dari semua pihak. Khususnya kerjasama dari peserta KKN kelompok 28, pihak mitra, dan Dosen Pendamping Lapangan (DPL) yang selalu mendukung, membimbing dan mengarahkan agar pelaksanaan program kegiatan KKN kelompok 28 berlangsung secara efektif dan efisien. Disamping itu, peran serta dari pihak mitra, dan peserta yang telah memberikan kesempatan kepada kelompok 28 untuk melakukan kegiatan KKN ini.

Adapun tahapan kegiatan yang dilakukan bagi pelaksanaan program KKN UMJ kelompok 28 pada mitra:

- Menjelaskan dengan menggunakan infocus terkait mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya.
- Menonton video terkait mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya.
- Mempraktikkan langsung dengan peserta terkait mencuci tangan dengan air yang mengalir dan

memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya.

- Dan dilanjutkan dengan tanya jawab, yang bisa menjawab mendapatkan hadiah.

Pelaksanaan program KKN dimulai dengan melakukan pembelajaran dan persiapan kebutuhan pada hari Kamis, 4 Agustus 2022 sampai dengan Sabtu, 6 Agustus 2022.

3.1 Pelaksanaan Hari Pertama (Kamis, 4 Agustus 2022)

Selanjutnya, pada Hari Kamis 4 Agustus 2022 di MI Yayasan Al-Anshari, Desa Cogreg Kabupaten Bogor, melakukan kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada kelas 1, dan kelas 2. Sosialisasi itu dilakukan dengan metode menjelaskan dengan menggunakan infocus, lalu menonton video, mempraktikkan langsung dengan peserta, dan dilanjutkan dengan tanya jawab, yang bisa menjawab mendapatkan hadiah. Tujuannya agar peserta paham dengan materi yang disampaikan.

3.2 Pelaksanaan Hari Kedua (Jum'at, 5 Agustus 2022)

Pelaksanaan selanjutnya dilakukan pada Hari Jum'at 5 Agustus 2022 di MI Yayasan Al-Anshari, Desa Cogreg Kabupaten Bogor, melakukan kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada kelas 2, dan kelas 3. Sosialisasi itu dilakukan dengan metode menjelaskan dengan menggunakan infocus, lalu menonton video, mempraktikkan langsung dengan peserta, dan dilanjutkan dengan tanya jawab, yang bisa menjawab mendapatkan hadiah. Tujuannya agar peserta paham dengan materi yang disampaikan.

3.3 Pelaksanaan Hari Ketiga (Sabtu, 6

Agustus 2022)

Pelaksanaan selanjutnya dilakukan pada Hari Sabtu 6 Agustus 2022 di MI Yayasan Al-Anshari, Desa Cogreg Kabupaten Bogor, melakukan kegiatan Senam Bersama dan juga Permainan Sepak Bola. Selepas itu, ada penyerahan cinderamata untuk pihak mitra (MI Al-Anshari).

Secara keseluruhan program KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta Kelompok 28, Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat terlaksana dengan baik sesuai rencana dengan tetap mematuhi aturan yang ada di Yayasan. Keberhasilan program kegiatan KKN ini, tidak lepas dari dukungan, partisipasi dan peran serta dari semua pihak. Khususnya kerjasama dari peserta KKN kelompok 28, pihak mitra, dan Dosen Pendamping Lapangan (DPL) yang selalu mendukung, membimbing dan mengarahkan agar pelaksanaan program kegiatan KKN kelompok 28 berlangsung secara efektif dan efisien. Disamping itu, peran serta dari pihak mitra, dan peserta yang telah memberikan kesempatan kepada kelompok 28 untuk melakukan kegiatan KKN ini.

3.4 Evaluasi Kegiatan Pelaksanaan

Dalam kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini adalah mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya, hanya pada Kelas 1, 2, dan 3 saja. Peserta pun masih belum kondusif, dan perlu *treatment* lebih. Selain itu, ada kendala pada laptop dalam pelaksanaan, tapi kami tetap melakukan secara maksimal agar bisa berjalan dengan lancar.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penyusunan laporan jurnal semnaskat ini terselesaikan dengan baik maka penulis mengucapkan permohonan maaf apabila terdapat kesalahan dalam

tulisan ini dan mohon dapat memberikan saran yang konstruktif sifatnya serta mengucapkan terima kasih sebagai rasa syukur atas selesainya pelaksanaan kegiatan KKN pada kelompok 35 divisi edukasi yang ditujukan kepada:

1. Terima kasih kepada Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta, yakni Prof. Dr. Ir. Tri Yuni Hendrawati yang telah memberikan ruang bagi Dosen dan mahasiswa untuk mengaktualisasikan gagasan melalui kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.
2. Terima kasih kami sampaikan juga kepada Rektor Universitas Muhammadiyah Jakarta, yaitu Dr. Ma'mun Murod, M.Si. yang telah memberikan dana dalam memfasilitasi kegiatan ini.
3. Terima kasih kami sampaikan kepada Dosen Pembimbing Lapangan Kelompok 28, yakni Dr. Wachid Ridwan, M.Si.
4. Terima kasih kami sampaikan kepada MI Raudlatusshibyan, yakni Bapak Haerudin, S.Pd.I.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemendes RI. (2016). *PHBS*. Retrieved August, 2022, from Promkes Kemenkes website: <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>
- Harismi, Asni. (2022). *Sehatq: Seputar PHBS di Sekolah, Mulai Dari Manfaat Hingga Contoh Kegiatannya*. Retrieved August, 2022, from Sehatq website: <https://www.sehatq.com/artikel/tata-cara-penerapan-phbs-di-sekolah-saat-new-normal>
- Kemendikbud RI. (2022). *Pedoman Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pendidikan Anak Usia Dini*. Retrieved August, 2022, from GLN Kemendikbud website: <https://gln.kemdikbud.go.id/glnsite/pedoman-program-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-pendidikan-anak-usia-dini/>

Hidayat, Taufik. (2017). *Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Retrieved August, 2022, from Kotaku website: <https://kotaku.pu.go.id/view/3902/pepentingnya-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat>

Wiyati, Rusmini. (2019). *PHBS di Tatanan Sekolah*. Retrieved August, 2022, from DinkesOkukab website: <https://dinkes.okukab.go.id/phbs-di-tatanan-sekolah.html>