

## PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

**Ahmad Haikal Kahfi<sup>1</sup>, Barkah Musyarofah<sup>2</sup>, Niang Pranadaniati<sup>3</sup>, Usni<sup>4</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Ilmu Komunikasi, Fak. FISIP, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>2</sup>Prodi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FISIP, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>3</sup>Prodi Teknik Industri, Fak. Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

Email [a.haikalkahfi@gmail.com](mailto:a.haikalkahfi@gmail.com) , [Barkahm01@gmail.com](mailto:Barkahm01@gmail.com) , [niangpranada@gmail.com](mailto:niangpranada@gmail.com)

### ABSTRAK

Permasalahan yang di hadapi oleh masyarakat Puri Bukit Depok adalah masih kurangnya pengetahuan tentang tata cara perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga program edukasi penyuluhan menjadi solusinya. Metode pelaksanaan pada program perilaku hidup bersih dan sehat ini adalah dengan penyuluhan, diskusi dan aksi lapangan. Kegiatan penyuluhan dan diskusi hanya 30% dari 100% kegiatan program ini, sisanya adalah kegiatan langsung di lapangan yaitu penyuluhan dan bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan oleh kelompok KKN 64 dan dibantu oleh beberapa perwakilan dari karang taruna setempat sehingga kegiatan ini bisa dengan lancar dilaksanakan. Hasil dari program ini yaitu bertambahnya pengetahuan masyarakat tentang bagaimana perilaku hidup yang bersih dan sehat.

**Kata Kunci** : pola hidup bersih dan sehat, cuci tangan, bermasyarakat

### ABSTRACT

*The problem faced by the people of Puri Bukit Depok is that there is still a lack of knowledge about the procedures for clean and healthy living behavior, so that the extension education program is the solution. The implementation method of this clean and healthy lifestyle program is through counseling, discussion and field action. Counseling and discussion activities are only 30% of 100% of the program's activities, the rest are direct activities in the field, namely counseling and how to live clean and healthy behaviors carried out by the KKN 64 group and assisted by several representatives from local youth organizations so that this activity can run smoothly. held. The result of this program is increasing public knowledge about how to live a clean and healthy life..*

**Keywords** : *clean and healthy lifestyle, wash hands,community*

## 1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata atau biasa disebut KKN adalah proses pembelajaran bagi mahasiswa S1, kegiatan yang dikembangkan melalui kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam berbagai segi kehidupan bermasyarakat. Pelaksanaan KKN ditujukan untuk menumbuhkan rasa empati dan kepedulian seluruh civitas akademika Universitas Muhammadiyah Jakarta terhadap berbagai permasalahan yang dihadapi oleh masyarakat dan pembangunan berkelanjutan yang diperlukan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan mewujudkan kesejahteraan masyarakat yang sesuai dengan masyarakat islam yang sebenar-benarnya. (Syardiansah, 2017)

Selain itu, kegiatan KKN akan selalu diharapkan melahirkan pribadi yang tangguh, unggul, berkepribadian mulia, serta dapat menjadi pribadi yang luar biasa ketika sudah terjun dimasyarakat, berjiwa kepemimpinan. Untuk itu, UMJ telah mengembangkan kegiatan KKN, KKN tidak hanya berisi kegiatan kerja civitas akademika UMJ untuk masyarakat tetapi berisi rangkaian kegiatan integratif interdisipliner yang dikemas secara strategis untuk penyelesaian permasalahan secara tuntas dan dilaksanakan bersama masyarakat dengan memerankan masyarakat sebagai pelaku penting dan utama serta melibatkan para pemangku kepentingan lain yang terkait. Dalam hal ini, mahasiswa diperankan sebagai problem solver, motivator, fasilitator, dan dinamisator dalam proses penyelesaian masalah dan tanggung jawab.

Dalam pelaksanaan program kerja Cuci Tangan Pakai Sabun diharapkan mahasiswa dapat menerapkan ilmu dan berbagi pengetahuan kepada masyarakat dan memberikan materi mendalam tentang bagaimana pentingnya memperhatikan cara cuci tangan yang baik dan benar, membangun rasa semangat menjaga kebersihan dari langkah awal dengan cuci

tangan untuk masyarakat RT 03 Puri Bukit Depok.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah metode penyuluhan, diskusi dan aksi lapangan. Selama kegiatan, materi penyuluhan disajikan dengan alokasi waktu 30% untuk diskusi, sedangkan 70% untuk aksi lapangan sehingga para peserta lebih aktif dengan kegiatannya dan dapat langsung di praktikan tata cara hidup bersih dan sehat. Adapun tahap-tahap pelaksanaan pengabdian adalah sebagai berikut:

### 1. Perencanaan

Mahasiswa berkoordinasi dengan PLT/RT 03 untuk menyusun rencana pelaksanaan kegiatan yang meliputi penyuluhan, diskusi dan aksi lapangan. Penyuluhan dan diskusi dilakukan untuk membuka wawasan masyarakat RT 03 Puri Bukit Depok tentang manfaat hidup bersih dan sehat.

### 2. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan ini dalam praktik cuci tangan pakai sabun di Taman Komplek RT 03 Puri Depok. praktik ini dilakukan bersama dengan Peserta warga RT 03 Puri Bukit Depok. Praktik cuci tangan pakai sabun ini kegiatan penyuluhan dan bentuk nyata Kuliah Pengabdian Masyarakat untuk membantu masyarakat.

## 3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Program ini dilakukan pada tanggal 07 Agustus 2022 dengan peserta yaitu warga RT 03 Puri Depok. Pada program kegiatan ini melakukan praktik cuci tangan pakai sabun dalam upaya hidup bersih dan sehat yang berlokasi di Taman Komplek RT 03 Puri Depok.



Gambar 1: Pembukaan kegiatan, pendekatan pada peserta dan penjelasan materi (manfaat dan cara cuci tangan).



Gambar 2: Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun oleh peserta.



Gambar 3: Evaluasi dan kuis bagi peserta serta pemberian hadiah bagi peserta yang antusias, penutupan kegiatan dan di lanjutkan dengan program kerja selanjutnya.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa. Atas rahmat dan hidayah-Nya, penulis dapat menyelesaikan tugas makalah yang berjudul " Program Kerja

Bakti" dengan tepat waktu.

Terwujudnya laporan kegiatan ini tidak lepas dari bantuan berbagai pihak yang terlibat, maka dalam kesempatan ini kami ucapkan terima kasih kepada :

1. Dr Ma'mun Murod Al Barbasy, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan KKN UMJ 2022.
2. Dr. Lusi Andriyani, SIP., M.Si., selaku Ketua Pelaksana kegiatan KKN UMJ 2022.
3. Dr. Usni Hasanudin, SIP, M.Sc, selaku dosen pembimbing lapangan kelompok 64, yang selalu mensupport kami semua.
4. Edi Minadji Pribadi selaku PLT atau RT 03 Puri Bukit Depok.
5. Lisno Setiawan, selaku pembina karang taruna RT 03 Puri Bukit Depok.
6. Aceng, selaku warga RT 03 Puri Bukit Depok yang memberikan tempat untuk beristirahat.
7. Dan juga kepada kawan kawan seperjuangan KKN 2022 Terutama Kelompok 64.

## DAFTAR PUSTAKA

Syardiansah. (2017). PERANAN KULIAH KERJA NYATA SEBAGAI BAGIAN DARI PENGEMBANGAN KOMPETENSI MAHASISWA. *p-ISSN*, 57-68.

<https://kesmas.kemkes.go.id/konten/105/0/070308-panduan-cuci-tangan-pakai-sabun>

[https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Panduan\\_CTPS2020\\_1636.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Panduan_CTPS2020_1636.pdf)