

## PENYULUHAN PHBS DENGAN MENCUCI TANGAN PAKAI SABUN DI ERA COVID-19 PADA ANAK SDN CEMPAKA PUTIH 01

Sri Malasari Dewi<sup>1\*</sup>, Dhona Magfirah<sup>2</sup>, Aldin Saktia F.<sup>3</sup>, Moh. Khoirul Anam<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fak. Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>2</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fak. Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>3</sup>Program Studi Administrasi Publik, Fak. Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

<sup>4</sup>Program Studi Manajemen Zakat dan Wakaf, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jakarta, 15419

\*E-mail: [srimalasaridewi@gmail.com](mailto:srimalasaridewi@gmail.com)<sup>1</sup>, [m.khoirulanam@umj.ac.id](mailto:m.khoirulanam@umj.ac.id)<sup>4</sup>

### ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga keluarga beserta semua yang ada di dalamnya dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di sekolah dan masyarakat. Permasalahan dari Kegiatan KKN ini adalah kurangnya Implementasi atau penerapan Perilaku Hidup Bersih Sehat di Sekolah Dasar Negeri Cempaka Putih 01 Ciputat. Tujuan dilakukan kegiatan KKN ini adalah untuk mengetahui tingkat Implementasi Perilaku Hidup Bersih Sehat terhadap kebersihan Pribadi di Sekolah SDN Cempaka Putih 01 Ciputat.

**Kata Kunci :** KKN, PHBS, SDN Cempaka Putih 01

### ABSTRACT

*Clean and Healthy Living Behavior is all health behaviors that are carried out on awareness, so that the family and everything in it can help themselves in the health sector and play an active role in health activities in schools and communities. The problem of this KKN activity is the lack of implementation or implementation of Healthy CleanLiving Behaviors at Cempaka Putih State Elementary School 01 Ciputat. The purpose of this KKN activity is to determine the level of Implementation of Healthy CleanLiving Behavior towards Personal Hygiene at SDN Cempaka Putih 01 Ciputat School.*

**Keywords:** KKN, PHBS, SDN Cempaka Putih 01

## 1. PENDAHULUAN

Dalam upaya meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) di Indonesia maka salah satu unsur penting yang harus ada yakni derajat kesehatan dan derajat kesehatan tidak hanya berpatokan pada pelayanan kesehatan tapi juga didominasi oleh kondisi lingkungan dan perilaku masyarakat. Dewasa ini, derajat kesehatan masyarakat yang masih belum optimal pada hakikatnya dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, perilaku manusia, pelayanan kesehatan dan genetik. Selanjutnya, PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran seseorang yang mampu meningkatkan kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. PHBS meliputi perilaku mencuci tangan pakai sabun, pengelolaan air minum dan makanan yang memenuhi syarat, memberantas jentik nyamuk, menggunakan jamban, pengelolaan limbah agar tidak tercemar, dan lainnya (Kemenkes RI, 2011). Sekolah sehat merupakan sekolah yang bersih, hijau, indah dan rindang, peserta didiknya sehat dan bugar serta senantiasa berperilaku hidup bersih dan sehat.

Program PHBS merupakan upaya promosi kesehatan yang bertujuan agar setiap orang mampu menciptakan kondisi yang kondusif bagi diri sendiri dan keluarga sehingga dapat tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat dengan indikator yang menyesuaikan lokasi seperti di sekolah, rumah ataupun lingkungan masyarakat (Wibisana, 2021). Promosi kesehatan di sekolah merupakan upaya pemberdayaan siswa, guru dan masyarakat sekolah agar mengetahui dan memiliki kesadaran untuk mempraktikkan PHBS sehingga dapat berperan dalam mewujudkan sekolah sehat (Afnilda, 2010). PHBS juga merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memerhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga yang dilakukan berdasarkan kesadaran sendiri. Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis sebab tubuhnya tentu rentan terkena masalah kesehatan. (Janis, et al., 2017). Sebagai institusi pendidikan, sekolah memiliki peranan dan kedudukan yang strategis dalam upaya promosi kesehatan terutama pada tingkat sekolah dasar di mana masa usia anak yang berbeda dengan usia dewasa dan tepat penanaman pendidikan kesehatan serta penerapan hidup sehat sejak dini agar kualitas

anak di kemudian hari terjamin (Mustar, et al., 2018).

Pelaksanaan pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada siswa/siswi SD sejak dini agar mereka mampu melakukan dan melaksanakan PHBS dengan baik dan benar sehingga mereka bisa memiliki kehidupan yang lebih sehat melalui pemberian pemahaman praktis mengenai PHBS. Sebab, pembinaan PHBS harus dilakukan di semua tatanan yang indikator keberhasilannya bukan hanya ditentukan oleh kinerja Kementerian Kesehatan tapi juga lintas sektor. Pembinaan PHBS tidak hanya dilakukan pada tatanan rumah tangga tapi juga di institusi pendidikan dan lainnya, di mana Kementerian Kesehatan bekerja sama dengan semua pemangku kepentingan mulai dari kebijakan, perencanaan, pelaksanaan, pemantauan dan evaluasi pembinaan PHBS.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Dalam menjalankan kegiatan penyuluhan, diperlukan tahapan metode pelaksanaan yang sistematis. Berikut ini metode pelaksanaan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan mencuci tangan pakai sabun.



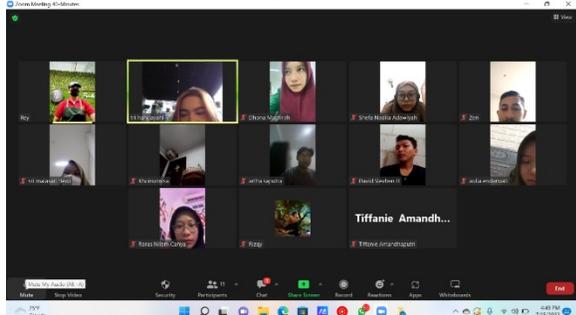
### 1. Perencanaan

- a. Perizinan ke Sekolah SD Cempaka Putih 01 Ciputat.



Gambar 1. Silaturahmi dengan Kepala Sekolah

- b. Sosialisasi program penyuluhan PHBS di SDN Cempaka Putih 01 Ciputat yang melibatkan siswa, guru dan tim pelaksana.
- c. Penyusunan program penyuluhan.



Gambar 2. Pembahasan program kerja

## 2. Pelaksanaan

Pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa implementasi Program Kegiatan yang dilaksanakan adalah:

- a. Edukasi Program PHBS untuk siswa.
- b. Mendemonstrasikan olahraga yang teratur dan teratur.
- c. Pengukuran berat dan tinggi badan.
- d. Memeriksa kebersihan badan yaitu kuku, rambut dan gigi.
- e. Mendemonstrasikan metode cuci tangan bersih.
- f. Edukasi Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah.
- g. Edukasi Membuang sampah pada tempatnya.



Gambar 4. Foto Kegiatan Sosialisasi PHBS Dikelas

3. Observasi, monitoring dan evaluasi. Observasi dilakukan terhadap proses implementasi kegiatan berdasarkan indikator program PHBS.

Instrument yang digunakan untuk observasi dan monitoring berupa check list dan pengisian kolom-kolom berdasarkan kriteria indikator program PHBS. Kemudian, kegiatan evaluasi yakni secara keseluruhan program KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta Kelompok 34 dapat terlaksana dengan baik sesuai rencana dengan metode pelaksanaan offline dan selalu mengindahkan standar protokol kesehatan Covid-19. Keberhasilan program kegiatan KKN ini juga tidak terlepas dari dukungan, partisipasi dan peran serta dari berbagai pihak yang terlibat, khususnya lembaga mitra dan dosen pembimbing lapangan yang selalu memberikan support, bimbingan, arahan, masukan serta kritik dan saran yang membangun sehingga keseluruhan program berjalan secara efektif dan efisien.

4. Refleksi dilakukan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kekurangan-kekurangan atau kelebihan-kelebihan terhadap kegiatan yang telah dilakukan dalam rangka untuk menetapkan rekomendasi terhadap keberlangsungan atau pengembangan kegiatan berikutnya.

Selain itu, metode pelaksanaan KKN di SDN Cempaka Putih mengikuti tata tertib yang ada di sekolah, yakni:

1. Hadir masuk kelas pagi pukul 07.00 WIB;
2. Harus izin kepada guru ketika ingin meninggalkan ruang kelas sebelum waktu keluar;
3. Tidak berada di luar kelas pada saat jam belajar;
4. Menggunakan pakaian yang telah ditentukan oleh sekolah;
5. Berpakaian rapih, patas, tidak ketat, dan mengenakan kaos dalam;
6. Menggunakan pakaian olahraga hanya ketika jam praktek olahraga;
7. Baju dimasukan ke dalam dan diikat menggunakan ikat pingang hitam polos;
8. Sepatu polos berwarna hitam dan kaus kaki putih;
9. Rambut rapih;
10. Tidak menggunakan aksesoris dan make up yang berlebihan;
11. Wajib menghargai, menghormati, dan menyapa kepala sekolah, guru, staff TU, orang tua dan sesama pelajar baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah;

12. Wajib menjaga/memelihara keamanan, ketertiban, kebersihan, keindahan, kenyamanan, dan kekeluargaan di dalam dan di luar lingkungan sekitar SD;
13. Tidak mencoret-coret lingkungan sekolah dan kelas;
14. Tidak merusak sarana dan prasarana belajar di sekolah;
15. Wajib menjaga nama baik sekolah di dalam maupun di luar sekolah.

Mengenalkan pendidikan kesehatan terutama mengenai PHBS agar dapat diterapkan sejak dini sehingga anak-anak mampu melindungi dirinya dari penyakit yang disebabkan oleh bakteri atau virus. Kemudian, manfaat selanjutnya yakni upaya mengubah perilaku anak-anak agar mendukung derajat kesehatan yang dilakukan melalui pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang selanjutnya disingkat PHBS.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata adalah merupakan ukuran standar untuk mengetahui sejauh mana Program KKN terlaksana. Program Kerja yang telah dilaksanakan di Cempaka Putih, Tangerang Selatan telah terlaksana dengan baik. Hal ini disebabkan adanya beberapa faktor yang mendukung. (Widodo & Moh Khoirul Anam, 2019)

Pelaksanaan dari KKN ini telah terlaksana dengan baik dengan hasil yang diperoleh yakni melalui mengajarkan PHBS pada Sekolah SDN Cempaka Putih 01 Ciputat Tentang PHBS merupakan singkatan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yaitu sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai upaya agar dirinya sehat dan aktif membantu kesehatan lingkungan di sekitarnya. PHBS pada usia dini sangat baik untuk mendidik dan menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersihan sebagai upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan. PKM ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang PHBS kepada anak sekolah dalam hal ini siswa-siswi SD Cempaka Putih 01 Ciputat dapat mempraktekkannya dalam kehidupan sehari-hari. Metode pelaksanaan dilakukan dengan penyuluhan menggunakan in-focus, note book dan beberapa alat peraga. Penyuluhan PHBS

pada anak sekolah berjalan lancar, semua peserta siswa SD antusias mengikuti kegiatan belajar tatap muka ini.



Gambar 5. Foto Kegiatan Sosialisasi PHBS Dikelas

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata yang selanjutnya disingkat sebagai KKN merupakan kegiatan penunjang dalam perkuliahan yang bertujuan untuk memberikan pengalaman turun langsung kepada masyarakat, menangani masalah yang selaras dengan jenjang studi dan meningkatkan potensi mahasiswa untuk mewujudkan sumberdaya yang humanis dan berkualitas yang mampu meramu solusi dari setiap permasalahan yang timbul. Kegiatan yang dilaksanakan berlangsung di SDN Cempaka Putih 01 Ciputat Timur dengan memberikan pendidikan kesehatan kepada siswa sejak dini agar kebiasaan hidup bersih dan sehat mampu tertanam dengan baik dalam kehidupan mereka sehari-hari. Dalam mewujudkan sekolah sehat yang bersih, hijau, indah dan rindang, peserta didiknya sehat dan bugar serta senantiasa berperilaku hidup bersih dan sehat, maka pendidikan kesehatan harus ditanamkan.

Pelaksanaan KKN secara offline di bidang pendidikan berjalan dengan lancar meskipun anggota kelompok mengalami kesulitan dalam mengatur kondisi kelas sehingga menjadi kondusif sehingga menjadi kendala.

Setelah program terlaksana, diharapkan pihak sekolah senantiasa menanamkan pendidikan kesehatan yang berkelanjutan dengan mengubah paradigma sekolah dari yang sebelumnya hanya fokus pada akademik menjadi fokus juga pada penjaminan pemenuhan hak siswa di sekolah termasuk kesehatan sehingga siswa/siswinya memiliki kebiasaan hidup bersih dan sehat agar terwujudnya sekolah sehat.

Berkomitmen membangun pendidikan kesehatan di sekolah melalui pemberdayaan UKS (Unit Kesehatan Sekolah) yang meliputi kegiatan aktivitas fisik, sarapan dengan menu sehat, menerapkan kebiasaan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), pembinaan kantin sekolah berbasis makanan sehat serta melakukan pembinaan dari segi kesehatan agar derajat kesehatan dapat menjadi lebih baik. Selanjutnya, menerapkan wilayah KTR (Kawasan Tanpa Rokok), KTN (Kawasan Tanpa Narkoba), dan KTK (Kawasan Tanpa Kekerasan).



Gambar 5. Foto Bersama Sebelum Kegiatan PHBS

Pedagang makanan yang berjualan untuk anak siswa SD juga menjadi peserta Pelatihan ini. Menjaga kebersihan di lingkungan sekolah merupakan hal yang penting. Sampah makanan jika dibuang sembarang akan bisa menyebabkan banjir. Siswa dan pedagang di arahkan untuk menggunakan tumbler dalam jual beli minuman, dengan Langkah ini diharapkan bisa mengurangi sampah plastik. Adapun dokumentasi kegiatan sosialisasi dengan pedagang adalah sebagai berikut:



Gambar 6. Foto Kegiatan Sosialisasi PHBS Kepada Pedagang

#### 4. KESIMPULAN

Kegiatan berjalan dengan baik dimana tujuan kegiatan memberikan penyuluhan hidup sehat agar bisa diketahui oleh peserta dan diterapkan dalam lingkungan sekolah atau lingkungan hidup sehari-hari. Dengan target peserta Pelatihan pedagang di SD dan murid SD.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Kelompok mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Ma'mun Murod, M.Si selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jakarta yang telah mendukung Pelaksanaan kegiatan KKN Berbasis Online.
2. Dr. Lusi Andriyani, SIP, M.Si., selaku Ketua Pelaksana kegiatan KKN UMJ berbasis Online tahun 2021.
3. Bapak Moh. Khoirul Anam, S.E.,M.Ak, selaku Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) KKN UMJ Kelompok 34 yang telah membimbing, mengarahkan dan meluangkan waktunya dalam proses kegiatan KKN.
4. Ibu Endang, SPd selaku Kepala Sekolah SDN Cempaka Putih 01 yang telah memberikan kami izin untuk melaksanakan Program KKN.
5. Rekan-rekan KKN UMJ, kelompok 34 yang telah bekerja sama menyelesaikan program kerja dengan penuh dedikasi demi suksesnya kegiatan KKN.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Afnilda, 2010. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) di Sekolah Dasar Negeri 07 Talawi Hilir Kecamatan Talawi Kota Sawahlunto. *Skripsi*.
- Janis, C. O., Umboh, J. M.-L. & Malonda, N. S., 2017. *Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 30 Manado*, Manado: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi.
- Kemendes RI, 2011. *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Mustar, Y. S., Susanto, I. H. & Bakti, A. P., 2018. *Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup*

Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar.  
*JISIP*.

Wibisana, M. I. N., 2021. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Desa Wonosalam Demak. *Journal of Dedicators Community*.

Widodo, M. N., & Anam, M. K. (2019, December). Kampung keluarga berencana dalam peningkatan efektivitas program keluarga berencana di wilayah Cilenggang. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*.