

## SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SDN 01 KAMPUNG SAWAH KABUPATEN BOGOR

Rheina Qur'ani Awalina<sup>1</sup>, Siti Nafisah<sup>2</sup>, Muhamad Zaki A.H<sup>3</sup>, Renty Anugrah  
Mahaji Puteri<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta,  
<sup>2</sup>Jurusan Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah  
Jakarta, <sup>3</sup>Jurusan Perbankan Syariah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl.  
KH. Ahmad Dahlan, Cirendeui, Ciputat Timur, Tangerang Selatan, 15419.

Email : [rheinaqa.622@gmail.com](mailto:rheinaqa.622@gmail.com)

### ABSTRAK

Menjaga kesehatan merupakan hal yang penting untuk mencegah terjadinya resiko terpapar oleh penyakit, terutama pada anak-anak yang rentan terhadap penyakit dikarenakan anak-anak memiliki daya tahan tubuh yang belum kuat seperti manusia dewasa. Hasil data Riskesdas 2018, hanya 1,7% anak menyikat gigi dengan benar. Selain itu, hanya 47% penduduk Indonesia yang telah dapat melakukan cuci tangan menggunakan sabun dengan benar maka penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada penduduk Indonesia masih perlu ditingkatkan. Dengan ini kelompok KKN membentuk program kerja Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah. Bertujuan meningkatkan kesehatan di lingkungan sekitar sekolah. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai ukuran pada penilaian PHBS ini yaitu, dengan cara membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir, mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah dan lain-lain.

**Kata Kunci :** Cuci Tangan, PHBS, Sosialisasi

### ABSTRACT

*Maintaining health is important to prevent the risk of exposure to disease, especially in children who are vulnerable to disease because children have an immune system that is not strong like adults. The results of Riskesdas 2018 data, only 1.7% of children brush their teeth properly. In addition, only 47% of the Indonesian population has been able to wash hands using soap properly, so the application of clean and healthy living behaviors in the Indonesian population still needs to be improved. With this, the KKN group formed a Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) work program in schools. Aims to improve health in the environment around the school. There are several things that can be done as a measure in this PHBS assessment, namely, by disposing of garbage in its place, washing hands using soap and running water, eating healthy food in the school cafeteria and others.*

**Keywords :** Washing hands, PHBS, Socialization

### 1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata adalah bagian dari penyelenggaraan pendidikan dalam bentuk pengalaman ilmu, teknologi, dan seni oleh mahasiswa kepada Masyarakat. Kuliah kerja nyata merupakan kegiatan intrakulikuler yang menandakan pelaksanaan Tri Dharma perguruan tinggi dengan metode pemberian belajar dan bekerja kepada mahasiswa dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat. KKN merupakan bentuk pembelajaran dimana mahasiswa mendapatkan pengalaman di tengah masyarakat, membantu

memecahkan masalah berdasarkan ilmu yang dimiliki. Kompetensi disesuaikan dengan situasi masyarakat dan dijalankan dengan pendekatan ilmiah serta interdisipliner. Selain memberikan pengalaman pembangunan yang berguna bagi mahasiswa dan masyarakat, KKN juga menjaga hubungan antara dunia akademik dan praktis. Oleh karena itu, program KKN perlu menyelaraskan masalah masyarakat dengan kompetensi mahasiswa (Dr. M. Sayuti, 2015).

Salah satu kegiatan yang menambah daya kritis dan pengalaman bagi mahasiswa dalam bentuk nyata yaitu

melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata. Program Kuliah Kerja Nyata merupakan mata kuliah yang wajib di tempuh oleh mahasiswa pada setiap program studi jenjang S-1. Kegiatan KKN ini didasari pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional pada Pasal 24 Ayat 2 dinyatakan bahwa:

“Perguruan tinggi berkewajiban menyelenggarakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat”.

Begitu pula pada Pasal 24 Ayat 2 dinyatakan bahwa:

“Perguruan tinggi memiliki otonomi untuk mengelola sendiri lembaga sebagai pusat penyelenggaraan perguruan tinggi, penelitian ilmiah, dan pengabdian kepada masyarakat” (Syardiansyah, 2017).

Menjaga kesehatan merupakan hal yang penting untuk mencegah terjadinya resiko terpapar oleh penyakit, terutama pada anak-anak yang rentan terhadap penyakit dikarenakan anak-anak memiliki daya tahan tubuh yang belum kuat seperti manusia dewasa. Selain itu anak-anak juga kerap kurang memperhatikan kebersihan mereka sendiri seperti hal nya kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya, menggosok gigi 2x sehari dan sebagai nya hal tersebut akan menjadi bahaya dan timbulnya penyakit jika anak-anak tidak dibiasakan sejak dini perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Perilaku sehat pada anak harus dimulai pembentukan sejak berada pada usia dini, karena usia dini adalah masa usia keemasan (*Golden Age*). Masa keemasan adalah waktu dimana otak pada anak usia dini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% dalam tahap perkembangan otak. Pada masa usia dini merupakan tingkat maksimal dari kemampuan memori otak anak (Anhusadar, 2020).

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor:2269/MENKES/PER/XI/2011men gatur tentang upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat atau disingkat

PHBS di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS. Perilaku tersebut diharapkan dapat diterapkan pada semua golongan masyarakat termasuk pada anak (Karuniawati, 2020). Hasil Riskesdas (2018), Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada penduduk Indonesia masih perlu ditingkatkan. Dari hasil data hanya 1,7% anak menyikat gigi dengan benar. Selain itu, 0,5% anak mengomsumsi tembakau aktif setiap hari dan 0,9% lainnya merokok dengan intensitas kadang-kadang. Berdasarkan data lainnya mengenai PHBS penduduk secara umum, yang di dalamnya terdapat penduduk usia anak, tercatat sebanyak 82,6% penduduk telah melakukan BAB dengan benar, yaitu di jamban. Hanya 47% penduduk Indonesia yang telah dapat melakukan cuci tangan menggunakan sabun dengan benar. Sebanyak 26,1% penduduk di Indonesia masuk dalam kategori kurang aktif dalam beraktivitas. Perilaku penduduk di Indonesia dalam mengomsumsi penyedap mencapai 77,3 % (Bur, 2020).

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya preventif (pencegahan terhadap suatu penyakit atau masalah kesehatan) dan promotif (peningkatan derajat kesehatan) pada seseorang, sehingga dapat dikatakan sebagai pilar Indonesia Sehat 2010. Perilaku tersebut diharapkan dapat diterapkan pada semua golongan masyarakat termasuk anak usia sekolah. Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah, guru yang kurang memberikan contoh teladan atau memperagakan dan anak itu sendiri. Pembiasaan yang dilakukan setiap hari ternyata belum dapat meningkatkan kesadaran anak. Anak belum dapat melakukan hal-hal atau perbuatan yang diharapkan untuk gambaran anak sehat cerdas dan ceria.

Pelaksanaan PHBS tersebut dapat melalui pembiasaan seperti yang dikemukakan dalam DEPDKNAS (2004: 6), Pengembangan pembiasaan meliputi: “Berdoa sebelum dan sesudah makan, mengucapkan salam bila bertemu dengan orang lain, menolong sesama, membersihkan diri sendiri seperti sikat

gigi, buang air, dan mandi. Menjaga kebersihan lingkungan, membuang sampah pada tempatnya, melaksanakan tata tertib yang ada di sekolah, melaksanakan kegiatan ibadah sesuai aturan meniru keyakinannya, mengucapkan terima kasih jika memperoleh sesuatu, menghormati orang tua dan orang yang lebih tua, berbahasa sopan dan bermuka manis, ke sekolah tepat waktu, membersihkan peralatan makan setelah digunakan". (Julianti, 2018). Tujuan diadakannya program kerja perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah guna meningkatkan derajat kesehatan masyarakat sekolah dan mengajarkan siswa agar terbiasa dengan pola hidup bersih dan sehat terutama di lingkungan sekolah karena dimana sekolah adalah tempat bertemu banyaknya orang. Pelaksanaan KKN tahun ini, Universitas Muhammadiyah Jakarta menggunakan metode Observasi Lapangan. Dalam pelaksanaannya mahasiswa diperbolehkan untuk melakukan kegiatan secara langsung untuk terjun kelapangan agar dapat mempermudah mencapai tujuan Program Kerja yang direncanakan yaitu salah satunya Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Untuk KKN tahun ini setiap kelompok beranggotakan maksimal 15 orang yang dibagi menjadi beberapa divisi dan penanggung jawab pada setiap program kerja agar dapat mempermudah menjalankan Program Kerja yang dirancang untuk Desa Kampung Sawah RT.005 RW.01, Kecamatan Rumpin, Kabupaten Bogor.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Metode pendekatan yang digunakan dalam pelaksanaan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini melalui beberapa tahapan dimulai dengan persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

### a. Persiapan

Dimulai dengan mempersiapkan persetujuan dengan mitra dan mendiskusikan terkait permasalahan yang ada pada mitra sehingga dapat dilakukan perencanaan program kerja yang tepat.

### Observasi

Pada tahap observasi ini kami turun

langsung untuk melihat kondisi lokasi mitra

### Wawancara

Setelah tahap observasi dilakukannya wawancara kepada mitra dan mendapatkan informasi secara langsung terkait permasalahan yang ada pada mitra.

### b. Pelaksanaan

Setelah semua tahap persiapan telah dilakukan baik wawancara dan observasi didapatkan hasil terkait permasalahan yang ada pada mitra. Berikut metode pelaksanaan yang akan kami lakukan :

#### 1) Penyuluhan melalui media Poster PHBS

Dipilihnya metode ini dikarenakan target sasaran dalam kegiatan merupakan anak – anak jenjang Pendidikan Sekolah Dasar (SD) sehingga diharapkan akan memahami materi dari gambar yang telah disajikan pada poster.

#### 2) Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun

Setelah diberikan materi, selanjutnya anak – anak diarahkan untuk praktek cuci tangan pakai sabun dengan benar sesuai ajuran 7 gerakan langkah WHO, dan menghabiskan waktu 20 – 30 detik untuk mencegah infeksi virus, kuman, dan bakteri.

#### 3) Ice Breaking

Sebagai penutup kegiatan, dilakukan ice breaking berupa games, tanya jawab , hadiah dan ditutup dengan dokumentasi Bersama.

#### 4) Evaluasi

Evaluasi Kuliah Kerja Nyata (KKN) dilakukan dengan metode kualitatif yaitu dengan melihat aspek pada input, proses dan output selama kegiatan.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Rangkaian acara pertama yaitu dimulai dengan melakukan pemberian materi kepada siswa kelas 4 – 6 dengan masing-masing kelas memiliki siswa sebanyak 25 orang di SDN Kampung Sawah, Desa Kampung Sawah, Kabupaten Bogor, Jawa Barat tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Media yang

kami gunakan gunakan pada saat penyampaian materi berupa poster dan slide presentasi yang berisikan mengenai pemahaman perilaku hidup bersih dan sehat serta pentingnya cuci tangan menggunakan sabun dengan air bersih dan mengalir, kemudian materi yang kami berikan berupa pengertian, manfaat serta bahaya mengenai program tersebut serta kami juga melakukan sesi diskusi atau tanya jawab kepada siswa yang masih belum mengerti mengenai pentingnya PHBS yang telah kami berikan pemaparan. Kegiatan sosialisasi ini berlangsung selama 60 menit.

Setelah kami berikan pemaparan materi, selanjutnya siswa mempraktikkan mengenai cara mencuci tangan menggunakan sabun sesuai dengan pedoman 6 gerakan langkah WHO mencuci tangan.



**Gambar 1.** Poster Cuci Tangan Pakai Sabun



**Gambar 3.** Praktik Cuci Tangan



**Gambar 2.** Pemaparan Materi di Kelas



**Gambar 4.** Praktik Cuci Tangan



**Gambar 5.** Kegiatan Membersihkan Sekolah

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan pada tanggal 10 Agustus 2023. bertempat di SDN 01 Kampung Sawah, Kecamatan Rumpin, Kabupaten Bogor, Jawa Barat dengan jumlah perkelas 25 siswa dan total 6 kelas sebanyak 150 Siswa/Siswi.

#### 4. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada panitia dan kelompok KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta, serta masyarakat sekolah SDN 01 Kampung Sawah terutama siswa kelas 4 – 6 dan guru yang telah berpartisipasi pada kegiatan ini.

Uweis, M. A.-Q. (n.d.). Penyuluhan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak - Anak Lebak RT 005/RW 002 Kampung Sawah Murti Bojong Sempu. *Pegabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 2.

#### DAFTAR PUSTAKA

Anhusadar, L. &. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. . *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 463.

Bur, N. &. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa. . *Celebes Abdimas : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* , 47 - 52.

Dr. M. Sayuti, S. (2015). *MODUL KKN-PPM TEMATIK PEMBERDAYAAN KOMUNITAS NELAYAN DENGAN PENERAPAN TEKNOLOGI KERAMBA JARING APUNGUNTUK PEMBUDIDAYAAN IKAN KERAPU*. Lhokseumawe.

Julianti, R. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 11 - 17 .

Karuniawati, B. (2020). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Pencegahan Penularan Covid - 19. pp. 112 -131.

Syardiansyah. (2017). Peranan Kuliah Kerja Nyata Sebagai Bagian Dari Pengembangan Kompetensi Mahasiswa (Studi Kasus Universitas Samudra KKN TAHUN 2017) . 57 - 58.