

## EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SDN 01 CIBUNGUR DESA TANJUNGRASA KABUPATEN BOGOR

Masfur Muzaki<sup>1</sup>, Dessy Lala Kumalasari<sup>2</sup>, Danang Onggo Wasito<sup>3</sup>,  
Icha Mutia<sup>4</sup>, Suhaimah<sup>5</sup>, Ahmad Aulia NST<sup>6</sup>, Charissa Septichia Kirani<sup>7</sup>,  
David Saputra<sup>8</sup>, Dhikasetya Fathurohman<sup>9</sup>, Erika<sup>10</sup>, Evita Sri Delfanti<sup>11</sup>,  
M. Aditya Nilmada Azmi<sup>12</sup>, Muhamad Zarkasih<sup>13</sup>,  
Salsza Bella Putri<sup>14</sup>, Inne Indraaryani S<sup>15\*</sup>

<sup>1,3,5</sup>Prgram Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>2,4</sup>Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Kedokteran Dan Gizi, Universitas Muhammadiyah Jakarta Jl. Cempaka Putih Tengah, Kec. Cempaka Putih, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10510

<sup>6,11</sup>Program Studi Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>7</sup>Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>8</sup>Program Studi Zakat Dan Wakaf, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta. Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>9</sup>Program Studi Arsitektur, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah, Kec. Cempaka Putih, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10510

<sup>10</sup>Program Studi Ilmu Administrasi Publik, Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>12</sup>Program Studi Perbankan Syariah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>13</sup>Program Studi Teknik Mesin, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. Cempaka Putih Tengah, Kec. Cempaka Putih, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10510

<sup>14</sup>Program Studi Pendidikan Guru Madrasah Ibtidaiyah, Fakultas Agama Islam, Universitas Muhammadiyah Jakarta, Jl. K.H Ahmad Dahlan, Cirendeui, Kec. Ciputat Timur, Kota Tangerang Selatan, Banten 15419

<sup>15</sup>Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Kedokteran Dan Gizi, Universitas Muhammadiyah Jakarta Jl. Cempaka Putih Tengah, Kec. Cempaka Putih, Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta 10510

\*[inne.indraaryani@umj.ac.id](mailto:inne.indraaryani@umj.ac.id)

### ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau yang biasa disebut dengan nama PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang ataupun kelompok dapat menolong diri sendiri dibidang kesehatan, "Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SDN 01 Cibungur" bermitra dengan anak sekolah yang berada di Dusun Cibungur, Desa Tanjungrasa, kec. Tanjungsari, program ini diikuti kurang lebih 40 orang peserta dari sekolah tersebut. Program ini dilaksanakan pada 16 Agustus 2023 pukul 08.00 – selesai. Berdasarkan hasil Pre-Test dan Post-Test diperoleh bahwa anak-anak SDN 01 Cibungur sangat memahami PHBS akan tetapi mereka sulit untuk merapkannya di kehidupan sehari-hari sehingga mereka terbiasa dengan hidup yang tidak sehat. Oleh karena itu betapa pentingnya untuk membiasakan diri sejak dini untuk menerapkan hidup sehat.

**Kata kunci:** Cibungur, Edukasi, KKN, PHBS,

### ABSTRAK

Clean and Healthy Living Behavior or what we usually hear as PHBS is a collection of behaviors that are practiced on the basis of awareness as a result of learning that enables a person or group to help themselves in the health sector, "Education on Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) at SDN 01 Cibungur " in partnership with school children who are in Cibungur Hamlet, Tanjungrasa Village, kec. Tanjungsari, this program was attended by approximately 40 participants from the school. This program will be held on August 16, 2023 at 08.00 – finish. Based on the results of the Pre-Test and Post-Test, it

was found that the children of SDN 01 Cibungur really understand PHBS, but they find it difficult to apply it in everyday life so they get used to an unhealthy life. Therefore how important it is to familiarize yourself from an early age to adopt a healthy life.

**Kata kunci:** Cibungur, Education, KKN, PHBS,

## 1. PENDAHULUAN

Salah satu unsur penting dalam upaya peningkatan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) bangsa Indonesia adalah derajat kesehatan. Derajat kesehatan sendiri tidak hanya ditentukan oleh pelayanan kesehatan, tetapi justru lebih dominan yaitu kondisi lingkungan dan perilaku kesehatan. Upaya untuk mengubah perilaku masyarakat agar mendukung peningkatan derajat kesehatan dilakukan melalui program pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau yang biasa kita dengar dengan nama PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang ataupun kelompok dapat menolong diri sendiri dibidang kesehatan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas, dengan memanfaatkan berbagai media social sebagai media untuk berbagi informasi. PHBS adalah sebuah rekayasa social yang bertujuan untuk menjadikan individu, kelompok ataupun masyarakat luas sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari – hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat, sehingga dapat berperan aktif dalam mewujudkan derajat Kesehatan yang setinggi-tingginya. (Sanjaya, Fara and Sagita, 2019)

Pembinaan PHBS dalam instansi pendidikan dilaksanakan melalui tiga strategi pokok, yaitu 1) pemberdayaan, 2) bina suasana, serta 3) advokasi (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011). Adapun langkah-langkah dalam pembinaan program PHBS di instansi pendidikan menurut Pusat Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan (2011) yaitu mulai dari analisis situasi, pembentukan kelompok kerja penyusunan kebijakan PHBS dalam instansi pendidikan, penyiapan

infrastruktur, sosialisasi pelaksanaan PHBS di sekolah, penerapan PHBS di sekolah, hingga kegiatan pemantauan dan evaluasi. (Abidah and Huda, 2018)

Untuk terwujudnya PHBS ditatanan sekolah perlu untuk diupayakan terutama untuk meningkatkan kesadaran diri yaitu peserta didik, dengan di dukung adanya sarana dan prasarana. Peserta didik dapat dikatakan sasaran yang paling tepat dalam konteks perubahan perilaku, pengetahuan dan kebiasaan berperilaku hidup sehat. Peserta didik merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga bisa berpengaruh pada proses, perkembangan serta prestasi belajar peserta didik. (Muhani *et al.*, 2022)

Salah satu upaya pemerintah dalam meningkatkan penerapan PHBS di sekolah yaitu dengan program Sekolah Adwiyata yang berdasarkan dengan Peraturan Menteri Lingkungan Hidup RI No. 05 Tahun 2013 berisi Pedoman Pelaksanaan Program Adwiyata. Program Sekolah Adwiyata merupakan salah satu program yang bertujuan agar tercipta sekolah yang peduli serta berbudaya lingkungan. Dalam hal ini, indikator yang dicapai dalam PHBS di sekolah yaitu meliputi kebersihan lingkungan. (Salsabila *et al.*, 2022)

Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Muhammadiyah Jakarta yang dilaksanakan secara offline, memberikan peluang bagi mahasiswa untuk mengabdikan kepada masyarakat. Dengan tema “Implementasi Teologi Al- Ma’un Menuju Mahasiswa Peduli Dan Berkemajuan”. Kelompok KKN Cibungur melakukan Edukasi dan penyuluhan PHBS kepada target khalayak yaitu anak-anak SDN 01 Cibungur. Dengan tujuan untuk menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sejak dini dengan memberikan tata cara Mencuci tangan sebelum makan dan setelah melakukan aktivitas, Lalu Memberikan edukasi tata cara menggosok gigi dengan baik dan benar, Dan diharapkan dengan pelaksanaan program ini dapat dirasakan manfaat oleh kita semua.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) berbasis offline ini waktu pelaksanaannya dimulai dari tanggal 03 Agustus 2023 – 28 Agustus 2023. Dengan memanfaatkan waktu selama sebulan mahasiswa merancang segala program-program yang akan dilaksanakan. Hal pertama yang dilakukan dibuatkan pembagian kelompok besar kemudian terbagi lagi menjadi sub kecil. Adapun rangkaian program yang dirancang oleh kelompok sub kecil adalah diskusi offline, Program ini bertemakan “Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SDN 01 Cibungur” bermitra dengan anak sekolah yang berada di Dusun Cibungur, Desa Tanjungrasa, kec. Tanjungsari, program ini diikuti kurang lebih 40 orang peserta dari sekolah tersebut. Program ini dilaksanakan pada 16 Agustus 2023 pukul 08.00 – selesai.

Dalam Persiapan program Mahasiswa KKN UMJ melakukan Koordinasi ke rumah Kader yaitu Ibu Yuli selaku ketua kader Dusun Cibungur, Mahasiswa KKN melakukan observasi/wawancara terhadap Ibu Yuli tentang permasalahan kesehatan apa yang sedang dialami Dusun Cibungur terutama anak-anak sekolah dasar.

Di dalam pelaksanaan program dilakukan secara langsung dengan kegiatan tersebut Mahasiswa menjalankan dengan susunan acara sebagai berikut

- 1 Pembukaan Acara Oleh Kelompok KKN
- 2 Memberikan Pre-Test
- 3 Memberikan Pemaparan Materi tentang PHBS
- 4 Memberikan Post-Test
- 5 Sesi Tanya Jawab
- 6 Praktek Cuci Tangan
- 7 Sesi Foto Bersama
- 8 Penutup

Di dalam evaluasi kegiatan membahas dari pemaparan materi PHBS serta hasil dari Pre-test dan Post-Test dari anak-anak SDN 01 Cibungur.

## 3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

### A. Persiapan

Tim pengabdian kepada masyarakat melakukan observasi/wawancara ke rumah kader yaitu Ibu Yuli selaku ketua kader Dusun Cibungur. Berdasarkan hasil observasi/wawancara yang Mahasiswa lakukan diperoleh informasi tentang minimnya penerapan PHBS yang ditandai dengan kurangnya kebersihan sekolah baik halaman, kantin, toilet dan ruang kelas. Hal tersebut dimungkinkan karena belum adanya kebijakan sekolah tentang penerapan PHBS, serta SDM, sarana dan prasarana pendukung.

### B. Pelaksanaan

Pelaksanaan program ini dilaksanakan secara offline SDN 01 Cibungur. Program ini dilakukan oleh kelompok kecil yang sudah dibentuk dalam kelompok KKN UMJ Cibungur. Kegiatan ini memiliki tujuan untuk Mengajarkan kepada adik-adik sekalian agar selalu menjaga kebersihan dan perilaku hidup sehat sehingga menjadikan Kesehatan sebagai acuan utama dalam hidupnya, dan mengajak lalu memberikan contoh terhadap siswa dan siswi. Yang bertujuan untuk menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sejak dini dengan memberikan tata cara Mencuci tangan sebelum makan dan setelah melakukan aktivitas, Lalu Memberikan edukasi tata cara mengosok gigi dengan baik dan benar,

Pada Pelaksanaan program ini dijalankan dengan sesuai rangkaian acara yang sudah di susun sebagai berikut

- 1 Pembukaan Acara Oleh Kelompok KKN dan



Gambar 1. Pembukaan Acara Oleh Kelompok KKN

Sebelum kegiatan edukasi dan penyuluhan dimulai diawali dengan perkenalan yang dibuka oleh Mahasiswa KKN UMJ.

## 2 Memberikan Pre-Test



Gambar 2. Memberikan Pre-Test

Kegiatan selanjutnya yaitu sebelum pemaparan materi tentang PHBS di mulai Mahasiswa KKN memberikan selebaran Pre-Test terlebih dahulu dimana Anak SD harus mengisi Pre-Test tersebut untuk mengetahui apakah yang mereka ketahui tentang PHBS.

## 3 Memberikan Pemaparan Materi tentang PHBS



Gambar 3. Pemaparan Materi PHBS

Setelah anak-anak selesai mengisi Pre-Test yang diberikan Mahasiswa KKN selanjutnya adalah ke acara yang paling utama yaitu pemaparan materi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang akan dijelaskan oleh Mahasiswa KKN.

## 4 Memberikan Post-Test



Gambar 4. Memberikan Post-Test

Setelah anak-anak memperhatikan pemaparan materi PHBS, Mahasiswa KKN memberikan Post-Test dimana untuk mengetahui seberapa jauh pemahaman anak-anak setelah materi PHBS tersebut diberikan Mahasiswa KKN.

## 5 Sesi Tanya Jawab



Gambar 5 Sesi Tanya Jawab

Selanjutnya selesai anak-anak menyelesaikan mengisi Post-Test, diadakan Sesi Tanya Jawab bagi anak-anak yang masih belum paham tentang PHBS.

## 6 Praktek Cuci Tangan



Gambar 6 Praktek Cuci Tangan

Setelah susunan acara sudah terlaksana semua anak-anak di ajak Mahasiswa KKN untuk melakukan praktek

secara langsung, dimana PHBS yang di praktekkan adalah cara mencuci tangan dengan bener.

7 Sesi Foto Bersama



Gambar 7 Sesi Foto Bersama

Kegiatan telah selesai dan diakhiri dengan foto bersama anak-anak dan mahasiswa KKN.

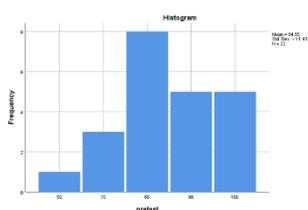
8 Penutup



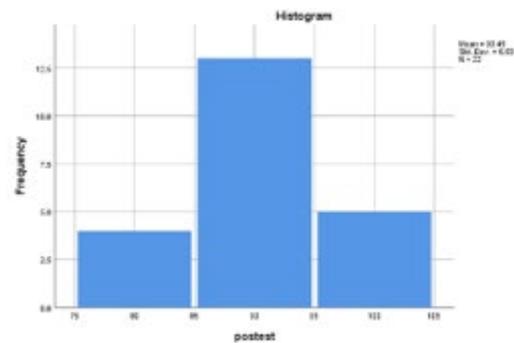
Gambar 8 Penutup

Selanjutnya setelah sesi foto bersama selesai anak-anak masuk ke kelas kembali, dan Mahasiswa KKN serta Dosen Pembimbing izin berpamitan dan berterima kasih atas waktu yang diberikan.

Pada kegiatan Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan Pre-test dan Post-test dimana hasil tersebut diolah menggunakan SPSS dengan uji Normalitas. Pada hasil uji Normalitas diketahui bahwa hasil nilai rata-rata dari kuesioner Pre-test berada di nilai 80.



Tabel 1. Grafik hasil penilaian kuesioner Pre-test



Tabel 2. Grafik hasil penilaian kuesioner Pre-test

Pada hasil grafik Post-test yang telah diolah dengan SPSS dihasilkan bahwa uji normalitasnya rata-rata berada di nilai 90. Hal ini menghasilkan perbedaan yang cukup signifikan antara hasil Pre-test dan hasil Post-test, perbedaan ini dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan siswa/siswi yang semakin meningkat setah diberikannya edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan sehat (PHBS).

C. Evaluasi Pelaksanaan

Hasil dari pelaksanaan program yang dijalankan siswa dan siswi terlihat amat antusias pada paparan dan edukasi yang diberikan oleh kelompok KKN UMJ ini. Kurangnya pengetahuan tentang PHBS di tempat sekolah adalah faktor yang akan terus terbawa oleh anak-anak hingga dewasa.

Berdasarkan hasil Pre-Test dan Post-Test diperoleh bahwa anak-anak SDN 01 Cibungur sangat memahami PHBS akan tetapi mereka sulit untuk merapkannya di kehidupan sehari-hari sehingga mereka terbiasa dengan hidup yang tidak sehat. Oleh karena itu betapa pentingnya untuk membiasakan diri sejak dini untuk menerapkan hidup sehat.

4. KESIMPULAN

Adapun kesimpulan yang dapat diambil diantaranya adalah program-program yang direncanakan sudah terlaksana dengan baik dengan melakukan hal tersebut mendapatkan respon yang baik di kalangan sasaran baik mitra, mahasiswa dan

masyarakat Dusun Cibungur. Alhamdulillah kegiatan KKN Offline Kelompok KKN Tanjunggrasa sudah berjalan dengan lancar dan baik.

Hasil dari kegiatan program yang dilaksanakan bahwa anak-anak SDN 01 Cibungur hanya mengetahui dan paham tentang PHBS tanpa mereka terapkan di kehidupan sehari-hari. Oleh karena itu perlu adanya kebiasaan atau kesadaran diri sejak dini untuk memulai segala hal dengan perilaku hidup bersih. Dan juga kurangnya edukasi dari sekolah untuk menerapkannya baik di sekolah maupun di rumah.

Pelaksanaan kegiatan KKN diharapkan dapat meningkatkan empati mahasiswa dan dapat memberikan sumbangan penyelesaian persoalan yang ada di masyarakat. Selain itu, kegiatan KKN juga menjadi bagian dari kurikulum program studi yang dapat meningkatkan kecerdasan, intelektual, dan sosial. Program dilaksanakan dengan menyelaraskan kegiatan riset dan pengabdian kepada masyarakat dari dosen dan mahasiswa lintas keilmuan serta tetap membawa nilai Al Islam Kemuhammadiyah (AIK).

#### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Jakarta, Dosen Pembimbing Lapangan,

Kepala Sekolah SDN 01 Cibungur sebagai Mitra dan kepada BAZNAS Kabupaten Bogor serta kepada semua pihak yang telah membantu sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan berjalan dengan lancar, sesuai dengan rencana dan tepat waktu.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, Y.N. and Huda, A. (2018) *Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Luar Biasa*.
- Muhani, N. et al. (2022) *PENYULUHAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TATANAN SEKOLAH DI SDN 01 LANGKAPURA*, *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*.
- Salsabila, A.A. et al. (2022) 'THE INFLUENCE OF PHBS HEALTH EDUCATION AT SCHOOLS ON INCREASING THE KNOWLEDGE OF 3rd GRADE STUDENTS', *Jurnal Informatika Kesehatan Indonesia*, 8(2), p. 159.
- Sanjaya, R., Fara, Y. and Sagita, Y. (2019) 'PENDIDIKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SEKOLAH', *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu*, 1(1), p. 56.