

## **PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH DASAR SWASTA AISYIYAH, KOJA, JAKARTA UTARA TAHUN 2023**

**Ade Abdurahman<sup>1</sup>, Nanda Agung Prasetyo Widodo<sup>2</sup>, Muhammad  
Fazar Ardiansyah<sup>3</sup>, Dihartawan<sup>4</sup>**

<sup>1</sup> Prodi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

<sup>2</sup> Prodi Ilmu Kesejahteraan Sosial, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

<sup>3</sup> Prodi Teknik Informatika, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

<sup>4</sup> Dosen Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Muhammadiyah Jakarta

E-mail: 20200410500054@student.umj.ac.id

### **ABSTRAK**

Dalam masa transisi pasca pandemi *Covid-19* ini perlu adanya perubahan sikap dari diri masing – masing untuk menjaga kesehatan tubuhnya. Terdapat berbagai cara yang dianjurkan untuk mencegah penyakit *Covid-19*, salah satu cara yang dianjurkan adalah menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Pengabdian ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman kepada siswa-siswi untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat serta menerapkan protokol kesehatan di masa transisi pasca *Covid-19*. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini berupa materi penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan Kerja Bakti secara langsung (*offline*) kepada siswa-siswi yang disertai tanya jawab, fun games dan hadiah. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan di SDS Aisyiyah dengan jumlah siswa yang mengikuti penyuluhan sebanyak 70 orang dari seluruh kelas. Hasil yang telah dicapai berupa peningkatan pemahaman siswa-siswi terhadap pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat serta mampu menerapkan praktik Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan baik dan benar di transisi *Covid-19*.

**Kata Kunci :** Penyuluhan, PHBS, Anak-anak

### **ABSTRACT**

*In the transition period after the Covid-19 pandemic, it is necessary to change the attitude of each of us to maintain our body health. There are various ways that are recommended to prevent Covid-19 disease, one of the recommended ways is to implement Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). This service aims to increase understanding to students to implement clean and healthy living behaviors and implement health protocols in the post-Covid-19 transition period. The method used in this service is in the form of counseling material on Clean and Healthy Living Behavior (PHBS), Hand Washing with Soap (CTPS) Practices and Community Service directly (offline) to students accompanied by questions and answers, fun games and prizes. Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) was carried out at SDS Aisyiyah with 70 students from all classes participating in the counseling. The results that have been achieved are an increase in students' understanding of the importance of clean and healthy living behavior and being able to apply the practice of Handwashing with Soap (CTPS) properly and correctly in the Covid-19 transition.*

**Keywords:** Counseling, PHBS, Children

## 1. PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah salah satu program yang harus ditempuh oleh mahasiswa di Perguruan Tinggi. Program tersebut dilaksanakan sebagai implementasi dari salah satu Catur Dharma Perguruan Tinggi yaitu pengabdian masyarakat. Karena perguruan tinggi merupakan lembaga yang mempersiapkan generasi yang cerdas secara intelektual dan terampil maka perlu dibekali kemampuan beradaptasi dan berperan aktif dalam kehidupan bermasyarakat (Husaini et al. n.d.).

Dengan kata lain Perguruan Tinggi mempunyai peranan yang sangat penting dalam menentukan keberhasilan pembangunan sumber daya manusia yang tercermin jelas pada tugas utamanya, yang umumnya dikenal dengan Catur Dharma Perguruan Tinggi Muhammadiyah, yakni : (a) pendidikan dan pengajaran, (b) penelitian, (c) pengabdian masyarakat, (d) Al-Islam dan Kemuhammadiyahan.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan salah satu mata kuliah yang harus diprogramkan oleh mahasiswa juga merupakan salah satu bentuk pengabdian perguruan tinggi kepada masyarakat luas. Oleh karena itu, Universitas Muhammadiyah Jakarta mencoba mengembangkan model alternatif yang dianggap tepat dengan melihat kondisi lingkungan masyarakat.

Tujuan utama KKN adalah menanamkan dan melatih nilai kepribadian, mengubah cara pandang, dan pola pikir mahasiswa/i maupun masyarakat dalam menyelesaikan permasalahan yang ada di masyarakat, membangkitkan kesadaran dan membangun sikap optimis, meningkatkan Indonesia yang berdaulat. (Wambrauw, Sonbait, dan Mulyadi 2020).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perwujudan riil paradigma sehat dalam budaya hidup perorangan, keluarga dan masyarakat yang berorientasi sehat, bertujuan untuk meningkatkan, memelihara dan

melindungi kesehatannya. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan - kegiatan kesehatan di masyarakat.

Maka dari itu, salah satu Program Kerja mahasiswa Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ) dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) kelompok 5 memilih judul yang berkaitan tentang “Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat” dengan harapan siswa – siswi SDS Aisyiyah, Koja, Jakarta Utara dapat menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dimulai dari sejak dini.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan dimulai dengan melakukan senam bersama dengan para siswa – siswi, Guru SDS Aisyiyah dan mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ). dilanjutkan dengan memberikan materi penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berisi tentang pengenalan apa itu PHBS? Kenapa PHBS itu penting? Materi yang di sampaikan juga sangat ringan dan fun karena kami melihat para audiens yang masih siswa/i sekolah dasar.

Acara dilanjutkan dengan games dengan tujuan mencairkan suasana dan disaat sesi itu kita selipkan materi kita lewat pendekatan persuasif untuk secara tidak langsung melatih rasa percaya diri dari masing masing siswa/i. Disaat sesi games berjalan secara tidak langsung mereka di latih rasa percaya diri yang bersedia maju kedepan siswa/i diberi reward oleh kelompok 5 dan acara diakhiri dengan pembagian hadiah proker “kesenian” oleh kelompok 4 .

## 3. HASIL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

### • Kegiatan Senam Bersama

Acara dimulai dengan senam bersama dengan para siswa/i, guru dan

mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta (UMJ), kegiatan ini dimulai pukul 07.10 -07.50 WIB. Sebelum dimulai nya kegiatan ini siswa/i SDS Aisyiyah sudah memiliki rasa antusiasme yang sangat tinggi dan juga para guru yang sudah memberikan jam kelas nya untuk dipakai acara senam, sehingga acara senam bersama menjadi lebih seru dan menyenangkan.



**Gambar 1.** Kegiatan Senam Bersama

- **Pemaparan Materi**

Peserta kegiatan terdiri keseluruhan kelas 1 - 6 sesuai dengan rencana kegiatan acara, sesi di bagi menjadi dua yakni: sesi pertama dimulai setelah senam bersama kelas 1 - 4 di jam 08:00 - 09:15 WIB dan dilanjutkan oleh kelas 5 dan 6 setelah istirahat di jam 09:50 - 11.30 WIB. Materi dibuat ringkas mungkin agar mudah di pahami oleh pendengar yang notabennya usianya dibawah umur, dan para siswa/i memiliki karakternya masing masing yang kedepannya bisa diarahkan oleh dewan guru.



**Gambar 2.** Pemaparan Materi

- **Kerja Bakti**

Setelah menjelaskan materi tentang Perilaku Hidup Bersih dan

Sehat, para siswa/i diarahkan untuk membersihkan area sekolah mereka, kegiatan ini diberi nama "Operasi Semut" yang dimana mereka diwajibkan untuk mencari minimal 8 sampah yang berbeda agar mereka memiliki rasa tanggung jawab.



**Gambar 3.** Kerja Bakti

- **Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun**

Setelah para siswa/i melaksanakan tugas kerja bakti, mereka diarahkan untuk senantiasa cuci tangan dengan baik dan benar dengan air yang mengalir dengan menggunakan sabun, agar tangan mereka selalu bersih dan juga wangi sehingga terhindar dari berbagai macam penyakit akibat benda kotor yang diambilnya saat melakukan kerja bakti.



**Gambar 4.** Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun

- **Pembagian Hadiah Pasca Fun Games**

Kegiatan penutup dimulai dengan games dengan tujuan mencairkan suasana dan disaat sesi itu kita selipkan materi kita lewat pendekatan persuasif

untuk secara tidak langsung melatih rasa percaya diri dari masing masing siswa/i. Disaat sesi games berjalan secara tidak langsung mereka di latih rasa percaya diri yang bersedia maju kedepan siswa/i diberi reward oleh kelompok 5. Kemudian dilanjutkan dengan pembagian reward dari kelompok 4 tentang “kesenian”.



**Gambar 5.** Sesi Pembagian Hadiah

#### 4. KESIMPULAN

KKN atau Kuliah Kerja Nyata adalah salah satu bentuk pengabdian dari mahasiswa untuk masyarakat. KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta tersebar atau terbagi dalam beberapa wilayah yang telah disiapkan oleh LPPM. Khususnya, untuk Kelompok KKN DPA JAK-UT DPC KOJA yang diterjunkan pada tanggal 02 Agustus 2023. Mahasiswa KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta yang diterjunkan di Sekolah Dasar Swasta Aisyiyah Jl. Seroja No.2, RT.8/RW.13, Rawabadak Utara, Kec. Koja, Jakarta Utara, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 14230 bisa membantu mengembangkan potensi siswa/i dapat melaksanakan program kerjanya dengan baik sesuai dengan harapan.

Dari pemaparan program yang ada pada program melatih percaya diri dapat disimpulkan bahwa program KKN Universitas Muhammadiyah Jakarta di SDS Aisyiyah yang telah dijalankan yang *Alhamdulillah* dapat diikuti oleh seluruh siswa/i dan jajaran pendidik yang ikut terlibat.

Kegiatan KKN UMJ ini sangat positif sekali karena membuat kita bisa mengamalkan apa yang telah di ajarkan

di kampus untuk mengabdikan diri kepada masyarakat baik secara individual maupun secara berkelompok, karena memang kegiatan KKN ini di adakan secara berkelompok dan inilah yang membuat kita bersinergi untuk menyatukan isi kepala ataupun kemampuan individu ke dalam kerja sama kelompok untuk menciptakan program atau kegiatan yang kreatif, inovatif dan produktif, oleh karena itu kami mengatakan bahwa kegiatan ini sangat positif untuk mahasiswa mengembangkan diri di luar kampus atau langsung terjun ke masyarakat.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Tidak lupa kami ingin sampaikan ucapan terima kasih kepada Bapak drg. Dihartawan, M.K.K.K selaku dosen pembimbing lapangan KKN UMJ DPC Aisyiyah Koja Tanjung Priok yang sudah membimbing kami sehingga program KKN ini dapat terlaksana dengan baik dan tepat pada waktunya.

Terima kasih juga kami ucapkan kepada anggota kelompok yang telah membantu dan menyelesaikan acara ini, serta kepada mitra yang telah mau berkerjasama dalam menyelesaikan acara dan memberikan izin kepada kami untuk melakukan program kerja.

Tak lupa kami ucapkan terima kasih kepada peserta yang telah berpartisipasi dalam kegiatan yang kami selenggarakan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anik, M. (2013). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Banun, T. S. (2016). Hubungan antara Pengetahuan PHBS dengan Pola Hidup Sehat Siswa di SD Tamanan. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. Edisi 14. Diakses dari: [journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pgsd/article/.../1680](http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pgsd/article/.../1680). Pada Tanggal 20 April 2017.
- Dewi. (2007). *Sekolah Anda Sekolah Sehat*. Diakses dari <http://www.dinkesntt/media/sw>

- ara20pep/swara20pep20052020f or20web.pdf. Pada tanggal 10 April 2017.
- Diana, F. M., Susanti, F., & Irfan, A. (2014). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* Vol. 8, No. 1. p-ISSN : 1978- 3833, e-ISSN: 2442-6725. Diakses dari : [jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/123/128](http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/123/128). Pada Tanggal 14 April 2017.
- Khoiruddin, Kirnantoro, & Sutanta. (2015). Tingkat Pengetahuan Berhubungan dengan Sikap Cuci Tangan Bersih Bersih Pakai Sabun Sebelum dan Setelah Makan Pada Siswa SD N Ngebel, Tamantirta, Kasihan, Bantul, Yogyakarta. *Journal Ners And Midwifery Indonesia* Vol. 3 Mo. 3 ISSN 2354-7642, Hal 176-180. Diakses dari: [ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/download/175/172](http://ejournal.almaata.ac.id/index.php/JNKI/article/download/175/172). Pada Tanggal 14 Desember 2017.
- Koem, Z. A., Joseph, B., & Sondak, R. C. (2015). Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Pelajar di SD Inpres Sukur Kecamatan Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara. *Jurnal Ilmiah Farmasi - UNSRAT* Vol. 4, No 4. Diakses dari [ejournal.unsrat.ac.id/index.php/pharmacon/article/10219](http://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/pharmacon/article/10219). Pada Tanggal 14 April 2017.
- Lina, H. P. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa DI SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal Promkes* vol 4. no 1, 92-103. Diakses dari <https://ejournal.unair.ac.id/PROMKES/article/view/5809/3718>. Pada Tanggal 14 Desember 2017.
- Putra, R. S. (2016). Perilaku Hidup Bersih Sehat. Diakses dari <http://promkes.depkes.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-di-sekolah>. Pada tanggal 16 April 2017.