

SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SDN PAYUNGSARI I

Devi Aryanti , Aang Solahudin Anwar

Pendidikan Guru Sekolah Dasar
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Buana Perjuangan Karawang
Deviaryanti76@gmail.com
aang.solahudin@ubpkarawang.ac.id

Abstrak

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada anak Usia Sekolah Dasar merupakan periode kritis pada masa anak untuk mengembangkan kebiasaan baik dan kesadaran akan pentingnya kebersihan sebagai upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Dalam Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang PHBS kepada siswa SDN Payungsari I terutama peserta didik kelas V dengan jumlah 37 orang, sehingga mereka dapat mempraktekannya dalam kehidupan sehari – hari. Metode yang digunakan adalah observasi dan deskriptif evaluative dengan teknik pengumpulan data menggunakan cara interview (tanya jawab) dan dokumentasi. Hasil yang di peroleh yaitu terdapat peningkatan pengetahuan pada siswa kelas V di SDN Payungsari I mengenai cara mengelola sampah menggunakan 3R.

Kata kunci: PHBS, Pengelolaan Sampah 3R

Pendahuluan

Anak adalah generasi masa depan suatu bangsa. Pembentukan generasi masa depan bangsa yang kuat, cerdas, kreatif dan produktif merupakan tanggung jawab semua pihak. Tumbuh kembang anak secara optimal dalam semua aspek (jasmani, mental dan pemikiran) berarti harus mendapatkan perhatian semua pihak.

Usia sekolah adalah usia yang sangat penting dalam perjalanan hidup anak, karena usia inilah pertama sekali anak diperkenalkan dengan dunia pendidikan formal, dimana dalam pendidikan formal anak sudah dituntut mampu menerapkan intelektualnya. Dalam masa ini juga anak mengalami pertumbuhan fisik serta perkembangan emosional dan sosial, anak senang berkumpul dengan teman sebaya untuk melakukan sosialisasi. Rentang umur usia sekolah antara enam sampai dua belas tahun sesuai dengan pendapat Nasution (1993, dalam Djamarah, 2008). Pada periode ini biasanya anak akan mengembangkan kebiasaannya yang cenderung menetap hingga dewasa, dalam hal ini perlu nya menerapkan kebiasaan dan kesadaran anak terhadap kesehatan diri dan kebersihan pada lingkungan.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tidak hanya dapat di lakukan di rumah saja namun di sekolah juga dapat menerapkan PHBS. PHBS di sekolah adalah sekumpulan

perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Adapun beberapa indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS di sekolah yaitu :

1. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun
2. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah
3. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat
4. Olahraga yang teratur dan terukur
5. Memberantas jentik nyamuk
6. Tidak merokok di sekolah
7. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan
8. Membuang Sampah Pada tempatnya

Mengingat jumlah anak di Indonesia rata-rata 30% dari total penduduk Indonesia dan usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui kegiatan ringan seperti membuang sampah pada tempatnya dan dapat mengelola sampah dengan 3R.

Pengelolaan sampah dengan konsep 3R (Reuse, Reduce dan Recycle) dapat dijadikan solusi untuk siswa dalam menjaga kelestarian lingkungan sekitar dengan cara yang sangat mudah dan murah. Sampah yang diolah dapat dijadikan sebagai pupuk kompos atau bahkan bisa menjadi sumber listrik baru. Penerapan konsep 3R ini dapat diterapkan oleh siapa saja setiap hari. Adapun 3R itu adalah :

Reuse (Menggunakan kembali sampah yang masih bisa digunakan atau bisa berfungsi lainnya), salah satunya adalah pakaian yang sudah tidak di pakai namun masih bagus maka dapat memberikan barang tersebut kepada yatim piatu atau bisa memberikan kepada sanak famili keluarga yang membutuhkan.

Reduce (Mengurangi segala sesuatu yang mengakibatkan atau memunculkan sampah), Caranya adalah mengurangi belanja barang barang yang tidak terlalu perlu seperti baju baru dan juga aksesoris tambahan. Selain itu juga bisa mengurangi penggunaan tissue dan

mengurangi kegiatan penggunaan kertas, selalu cek file dokumen anda sebelum dicetak menggunakan print preview agar tetap bisa menghemat penggunaan kertas.

Recycle (Mengolah kembali sampah atau daur ulang menjadi suatu produk atau barang yang dapat bermanfaat). caranya adalah bisa mendaur ulang sampah organik di sekolah misalnya menjadikan botol minuman menjadi wadah pot tanaman atau melakukan pendaur ulangan kertas menjadi kertas kembali.

PHBS disekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu dan mau serta mampu mempraktikan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

Dalam hal tersebut peneliti telah melakukan studi lapangan atas dasar melaksanakan kegiatan wajib Tri-Dharma Perguruan Tinggi. Tri Dharma yang dimaksud adalah melaksanakan Pendidikan, Penelitian, dan Pengabdian pada Masyarakat sebagaimana yang tertuang dalam Undang – Undang RI Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi. Salah satu bentuk dari pengabdian pada masyarakat oleh mahasiswa yaitu dengan melaksanakan kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Payungsari. Payungsari merupakan desa yang terletak di kecamatan Pedes dengan kategori madya dan klasifikasi swadaya. Dari pelaksanaan KKN tersebut peneliti tertarik untuk mengobservasi mengenai PHBS dan Pengelolaan sampah 3R agar menumbuhkan pemahaman dan pengetahuan peserta didik supaya menjadi kebiasaan hingga dewasa, pada SDN Payungsari I di kelas V dengan jumlah peserta didik 37 orang.

Pada dasarnya di SDN Payungsari I ini peserta didik sudah menerapkan untuk tidak membuang sampah sembarangan terutama pada kolong meja agar tidak menimbulkan penyakit DBD yang datang dari nyamuk *Aedes Aegypti* atau nyamuk demam berdarah. Selain itu peserta didik kelas V ini jadi mengetahui cara mengelola sampah dengan 3R tersebut dan dapat mempraktekannya di sekolah ataupun di kehidupannya sehari – hari agar tidak menyebabkan timbunan sampah yang menjadi biang penyakit.

Metode

Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Waktu	: Sabtu, 23 Juli 2022
Pukul	: 09.00 – 11.00 WIB
Tempat	: SDN Payungsari I
Subjek	: Kelas V dengan jumlah murid 37 orang

Langkah Pelaksanaan Kegiatan

a. Kegiatan

Pembukaan, perkenalan, penjelasan tentang pelaksanaan PHBS, kegiatan inti yaitu penyampaian materi, Ice Breaking dan recalling.

b. Metode

Penelitian ini menggunakan metode observasi yang dimana peneliti mengamati secara langsung mengenai kegiatan yang dilakukan di lapangan yakni pada SDN Payungsari I mengenai PHBS dan cara mengelola sampah menggunakan konsep 3R agar memperoleh informasi yang berguna. Kemudian peneliti menggunakan metode evaluative untuk mengetahui ke efektifitasan dalam mencapai tujuan yang di tetapkan.

c. Teknik pengumpulan data

Menggunakan interview dan dokumentasi. Sesi tanya jawab (interview) di lakukan kepada peserta didik untuk mengetahui sampai mana pengetahuan dan pemahaman yang mereka dapat selama kegiatan berlangsung.

Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada awal memasuki kelas peneliti meminta peserta didik untuk mengecek apakah ada sampah di sekitar kelas dan kolong meja, kemudian mencuci tangannya dengan sabun dan air yang mengalir. Hal tersebut untuk mencairkan suasana karena peserta didik sangat tegang saat melihat peneliti memasuki kelas nya dan mengira bahwa peneliti adalah petugas pukesmas yang akan menyuntikan vaksinasi kepada mereka. Kemudian peneliti memperkenalkan diri dari universitas Buana Perjuangan Karawang yang sedang melaksanakan Kuliah Kerja Nyata (KKN) di desa Payungsari dan akan berbagi sedikit ilmu mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), serta cara mengelola sampah menggunakan konsep 3R di SDN Payungsari I pada siswa kelas V dengan jumlah 37 orang.

Selanjutnya, brainstorming dilakukan untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan awal mereka tentang PHBS khususnya tentang cara mengelola sampah. Seluruh peserta didik mengetahui seberapa pentingnya membuang sampah pada tempatnya. Namun tidak semua peserta didik yang disiplin untuk membuang sampah pada tempatnya. Hanya ada 60% dari jumlah siswa yang peduli terhadap lingkungannya. Tindakan selanjutnya yang peneliti lakukan adalah dengan memberikan pemaparan mengenai PHBS dan pengelolaan sampah menggunakan konsep 3R. Kemudian peneliti memberikan ice breaking dan sebuah refleksi

otak kanan dan kiri kepada peserta didik agar tidak jenuh saat mendengarkan pemaparan materi, recalling dilakukan sebelum penutupan dengan menanyakan mengenai hal yang telah di bahas yaitu PHBS dan konsep pengelolaan sampah 3R.

Hasil dari sosialisasi ini alhamdulillah cukup baik karena peserta didik mengetahui dan dapat memahami materi yang dipaparkan, kemudian siap untuk mengaplikasikannya di kehidupan sehari – hari karena tidak ingin menumpuk sampah yang menjadi biang penyakit. Peneliti memberi slogan pada peserta didik yakni “hidup sehat dan bersih berawal dari diri sendiri”. Slogan diberikan agar peserta didik selalu mengingat bahwa jika ingin hidup sehat dan lingkungan yang bersih maka yang harus memulainya adalah diri sendiri, dengan menjaga pola makan, olahraga, dan menjaga kebersihan lingkungan sekitar.

Kesimpulan dan Rekomendasi

Kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Sehat dan Bersih (PHBS) pada peserta didik di SDN Payungsari I berjalan dengan sangat efektif dan sesuai dengan roundup kegiatan.

No	Waktu	Durasi	Kegiatan	PIC	Keterangan
1	09.00 – 09.15	15 Menit	Pembukaan dan perkenalan	Devi Aryanti	Pembukaan
2	09.15 – 09.45	30 Menit	Materi	Devi Aryanti	Pengelolaan Sampah 3R
3	09.45 – 10.00	15 Menit	Ice Breaking	Devi Aryanti	Mengasah otak kanan dan kiri
4	10.00 – 10.30	30 Menit	Materi	Irma Rahmawati,. A.Md.Farm	Cara Mencuci Tangan dengan Sabun
5	10.30 – 10.45	15 Menit	Ice Breaking	Devi Aryanti	Games
6	10.45 – 11.00	15 Menit	Recalling Dan penutup	Devi Aryanti	Pengulangan Materi

Kegiatan ini diikuti oleh 37 orang peserta didik dari kelas V. Antusias mereka sangat tinggi terhadap kegiatan ini sehingga kegiatan sosialisasi ini mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan peserta didik terhadap PHBS dan cara mengelola sampah dengan konsep 3R. Setelah mengetahui dan dapat memahami materi yang dipaparkan, kemudian peserta didik siap untuk mengaplikasikannya di kehidupan sehari – hari karena tidak ingin menumpuk sampah yang menjadi biang penyakit.

Program sosialisasi semacam ini sangat penting dilakukan terutama pada anak usia sekolah. Berhubungan dengan perilaku maka untuk kegiatan sosialisasi PHBS ini peneliti merekomendasikan kepada pihak sekolah untuk dilakukan secara continue agar siswa terbiasa hidup bersih dan sehat.

Daftar Pustaka

- WARDHANI, Sofia; MAHDALENA, Vina; HANDAYANI, Lusia. Sosialisasi PHBS dengan Media Komunikasi pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Mathla'ul Anwar Cilajim Desa Cipendeuy Kabupaten Lebak, Banten. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 2020, 5.1: 157-166.
- NURMAHMUDAH, Endah; PUSPITASARI, T.; AGUSTIN, I. T. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2018, 1.2: 46-52.
- ANDANAWARIH, Putri; SETYOWATI, Ana. Sosialisasi PHBS di MI 03 Jenggot Kota Pekalongan. *Jurnal ABDIMAS-HIP: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2020, 1.1: 27-29.
- PRIHATINTA, Triana, et al. Sosialisasi dan Implementasi Tentang Pentingnya Berperilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Pelajar Sekolah Dasar. *DIKEMAS (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2020, 4.1.
- JULIANTI, Ratna; NASIRUN, Muhammad; WEMBRAYARLI, Wembrayarli. Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 2018, 3.2: 76-82.

Lampiran



Gambar 1. Perkenalan



Gambar 2. Pemaparan Materi



Gambar 3. Ice Breaking dan Refleksi



Gambar 4. Recalling (Pengulangan)



Gambar 5. Sesi Interview



Gambar 6. Sesi Dokumentasi