

Pola Hidup Bersih Sehat (PHBS) untuk membentuk karakter generasi muda di SDN Puspasari II pedes Kabupaten karawang

Dewi Septiani Nurvianti, Aang Solahudin Anwar

Program studi pendidikan guru Sekolah Dasar

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Sd19.Dewinurvianti@mhs.ubpkarawang.ac.id

aang.solahudin@ubpkarawang.ac.id

Abstrak

PHBS di sekolah termasuk kegiatan yang penting dalam rangka menyiapkan generasi muda untuk sadar terhadap kesehatan pribadi dan lingkungan. Sebab kebiasaan yang dibangun sejak usia dini akan membentuk pola tingkah laku seseorang di masa dewasanya. Sasaran kegiatan ini adalah para siswa. Kegiatan ini dilaksanakan dengan 2 metode yaitu sosialisasi kepada siswa serta presentasi dan demonstrasi di depan siswa dan guru. Hasil kegiatan menunjukkan para guru dan siswa sudah memiliki pengetahuan umum tentang PHBS. Sedangkan indikator setiap poin PHBS belum dipahami. Kegiatan penyuluhan masih minim dilaksanakan baik oleh sekolah maupun dari dinas terkait. Padahal pembentukan karakter PHBS membutuhkan sosialisasi yang berulang. Pelaksanaan penyuluhan lebih efektif dengan menggunakan permainan, penayangan video serta demonstrasi langsung. Guru dan siswa lebih antusias mendengarkan dibanding penyampaian ceramah saja. Selain itu Sekolah perlu melengkapi sarana dan prasarana pendukung untuk memudahkan penerapan PHBS di sekolah. Dan untuk merealisasikannya dibutuhkan kontribusi pihak lain terutama pemerintah.

Kata kunci : PHBS sekolah, siswa sehat, sosialisasi, demonstrasi

1. Pendahuluan

Terwujudnya generasi sehat merupakan modal besar Bgi Negara untuk mewujudkan cita citanya. Sebab SDM ynag berkualitas merupakan subjek dan sekaligus objek dalam pembangunan. Sejatinya dibutuhkan upaya yang serius, berkelanjutan dan sungguh-sungguh untuk merealisasikannya mulai dari usia dini. Pemerintah seharusnya memainkan peran pentiing untuk mewujudkannya mulai dari upaya promotif,preventif,dan kuratif. Menurut data riset kesehatan dasar (riskesdas) tahun 2007 bahwa di Indonesia rumah tangga yang mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bar mencapai 38.7% dari target 70% (Depkes, 2008). PHBS sendiri termasuk uapaya preventif untuk menimalisir kasus penyakit.

Perilaku hidup bersih dan sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup bersih dan sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur-jalur komunikasi sebagai informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat (Direktorat promosi kesehatan dan pemberdayaan masyarakat kementerian RI, 2016).

Ada beberapa tatanan PHBS yang melibatkan beberapa elemen dan merupakan bagian dari tempat beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari. Diantaranya PHBS si sekolah. PHBS di sekolah menjadi kegiatan yang penting dalam rangka menyiapkan generasi muda sejak dini akan membentuk pola tingkah laku seseorang di masa dewasanya.

Proses pendidikan merupakan upaya sistematis dan bersifat kontinyu untuk membentuk karakter seseorang. Baik pendidikan formal maupun non formal dengan penyuluhan,latihan dsb. Namun untuk menerapkan karakter PHBS dipengaruhi sejumlah factor seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, kondidsi sekolah,peran guru dsb (julianti et al.,2018).

Sasaran pada kegiatan KKN kali ini dalam rangka sosialisasi adalah pada tatanan PHBS di sekolah kegiatan ini dilaksanakan dengan memberdayakan siswa, guru, dam masyarakat di

lingkungan sekolah untuk mau melaksanakan pola hidup bersih dan sehat guna menciptakan pribadi siswa dan lingkungan sekolah yang sehat dan nyaman.

Manfaat PHBS di sekolah adalah agar dengan terciptanya siswa dan lingkungan sekolah yang sehat berdampak pada kondusifitas proses belajar mengajar. Dan akhirnya berpengaruh pula pada meningkatnya prestasi belajar siswa (Taryaman, 2016). Sekolah yang sehat dengan anggota komunitas yang berperilaku hidup bersih dan sehat dapat mencegah sekolah sebagai titik penularan atau sumber berbagai penyakit.

Hasil observasi awal ke lokasi mitra SDN Puspasari II, diketahui bahwa belum pernah dilakukan sosialisasi PHBS di sekolah ini. Termasuk indikator PHBS belum pernah disampaikan secara menyeluruh. Namun perilaku membuang sampah pada tempatnya serta membawa tempat makan dan minum sendiri sudah mulai dibiasakan oleh sekolah sebagai bentuk pembelajaran untuk menjaga lingkungan.

Infrastruktur pendukung untuk membangun karakter PHBS belum tersedia lengkap di sekolah seperti belum tersedia keran cuci tangan, jumlah toilet masih kurang, kantin sehat juga belum ada. Akan tetapi pihak sekolah memiliki keinginan besar untuk merealisasikan pola hidup bersih dan sehat ini. Hal ini terlihat telah ada berbagai inisiatif pribadi dari guru bersama siswa untuk menerapkan karakter PHBS dengan kondisi seadanya.

Berdasarkan hal ini maka dianggap perlu untuk mensosialisasikan pentingnya penerapan pola hidup bersih dan sehat baik kepada siswa dan guru dengan tujuan agar terwujudnya pemahaman dan kesadaran untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang bersih sehingga mendukung proses belajar mengajar yang nyaman. Serta terwujudnya siswa yang sehat dan memiliki daya tahan tubuh yang kuat.

2. Metode pelaksanaan

Kegiatan ini dilakukan pada hari rabu tanggal 27 juli 2022 di SDN Puspasari II pedes kabupaten karawang, dilakukan dengan 2 metod yaitu:

1. Melakukan sosialisasi konsep PHBS kepada siswa kelas 1 sampai dengan kelas 6. Kegiatan sosialisasi disertai dengan presentasi materi PHBS dan diselingi dengan permainan-permainan terkait materi yang disampaikan.
2. Melakukan demonstrasi singkat 6 langkah cuci tangan menurut WHO (word helth organization). Di selingi dengan hibah alat kebersihan dan tong sampah.

3. Hasil dan Pembahasan

Dalam rangka KKN ubp 2022 kegiatan sosialisai PHBS dilaksanakan di SDN Puspasari II kecamatan pedes, kabupaten karawang pada hari rabu 27 juli 2022. Sasaran siswa-siswi SDN Puspasari II.

Kondisi lingkungan yang sehat belum terlihat di lingkungan SDN Puspasari II yang dijadikan mitra dalam kegiatan ini. Disamping karena pihak sekolah sedang membangun beberapa kelas, juga fasilitas penunjang kebersihan belum memadai. Tumpukan peralatan yang telah rusak tesimpan di pojok-pojok ruang kelas tempat sampah yang sudah tidak terpakai,potongan-potongan kayu padahal peralatan bekas ini bisa jadi sarang nyamuk.

Penyuluhan dilakukan dengan dengan cara eksplorasi disertai penanaman pengetahuan yang benar tentang konsep PHBS di tatanan sekolah yang terdiri atas 8 poin. Hasil eksplorasi inimenunjukkan baik guru maupun siswa baru mengetahui poin-poin PHBS secara umum. Akan tetapi indikator dari setiap poin PHBS belum

dipahami.

Seperti langkah- langkah mencuci tangan yang benar. Terdapat 6 indikator mencuci tangan yang benar menurut WHO yaitu:

- 1). Bahasi tangan, gosok sabun pada tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan dengan arah memutar;
- 2) usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian;
- 3) Gosok sel-sela jari tangan hingga bersih;
- 4) bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi salang mengunci;
- 5) Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian;
- 6) Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan.

Selain mennjelaskan langkah-langkah mencuci tangan dan disertai dengan demonstrasi bagaimana melakukannya secara benar, hanya tidak praktik langsung karena keterbatasan sarana dan prasarana.

Suasana penyampaian materi terlihat pada gambar 1 & 2 sebagai berikut:



Gambar 1. Penyampaian materi PHBS



Gambar 2. Siswa menyimak penjelasan materi yang disampaikan

Begitu juga dengan point kedua siswa-siswi sedang demontrasi melakukannya langkah-langkah mencuci tangan yang benar menurut WHO (word Health Organitation). Suasana demontrasi pada gambar 3, sebagai berikut:



Gambar 3. Siswa mendemonstrasikan langkah-langkah cuci tangan

Diselingi dengan hibah alat kebersihan diterima secara simbolis oleh ibu guru SDN Puspasari II, Kecamatan pedes, Kabupaten Karawang. Ada pada gambar 4, sebagai berikut:



Gambar 4. Penyerahan alat kebersihan

4. Kesimpulan

Sosialisasi PHBS sangat diperlukan di tataan sekolah dalam rangka mewujudkan generasi yang sehat dan lingkungan belajar mengajar yang bersih dan nyaman. Namun di SDN Puspasari II kegiatan seperti ini belum pernah di laksanakan.

Berdasarkan hasil kegiatan diketahui guru dan siswa belum memahami indikator-indikator PHBS secara menyeluruh dan benar. Melaksanakan sosialisasi dan dikombinasikan dengan permainan bagi siswa dan demontrasi langkah-langkah mencuci tangan, lebih menarik daripada sebatas metode ceramah.

Untuk mendukung penerapan PHBS di sekolah dibutuhkan sarana dan fasilitas pendukung seperti kran cuci tangan, kamar mandi yang sehat dan jumlah yang cukup, kantin sekolah sehat,dsb. Kegiatan ini perlu dilakukan secara berkala dan baik mandiri oleh sekolah atau mengajak instansi lain yang terkait.

5. Daftar pustaka

Depkes, R. I. (2008). Riset kesehatandasar 2007. *Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Republik Indonesia.*

Direktorat Promosi Kesehatan danPemberdayaan Masyarakat Kementerian Kesehatan RI. (2016). *PHBS.*

Taryatman, T. (2016). Budaya hidup bersih dan sehat di sekolah dasar untuk membangun generasi muda yang berkarakter. *TRIHAYU: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 3(1).

Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli, W. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs) di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 76-82.

