

SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA SDN 3 MALANGSARI, DESA MALANGSARI KECAMATAN PEDES KABUPATEN KARAWANG

Neng Feri Fajarwati, Dedy Frianto
Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi Universitas
Buana Perjuangan, Karawang, Indonesia.
fm19.nengfajarwati@mhs.ubpkarawang.ac.id,
dedy.frianto@ubpkarawang.ac.id

ABSTRAK

Pada dasarnya semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas dasar kesadaran pribadi merupakan PHBS. Terdiri dari lima tatanan, yaitu tatanan rumah tangga, tatanan institusi pendidikan, tatanan tempat kerja, tatanan tempat umum, dan tatanan fasilitas kesehatan. Sasaran dalam PHBS dibagi menjadi tiga, yaitu primer, sekunder, tersier. PHBS di sekolah termasuk ke dalam sasaran primer. Meski demikian, tujuan PHBS secara umum adalah sama, yakni meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sarana pendidikan sudah sejak lama digaungkan oleh pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan. PHBS di sekolah adalah prosedur kesehatan tertentu yang dilaksanakan dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Mereka diharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan di sekitar sekolah yang sehat pula. Manfaat PHBS di sekolah adalah menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat. Dengan begitu, proses belajar-mengajar akan berjalan lancar, sedangkan kesehatan guru, siswa, maupun masyarakat di sekitar juga tidak terganggu. Sosialisasi ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 26 Juli 2022 bertempat di SDN 3 Malang Sari Kecamatan Pedes, Kabupaten Karawang. Kegiatan ini dilakukan dalam bentuk ceramah dengan bantuan *power point*, tanya jawab dengan para siswa dan juga demonstrasi 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar serta diadakan praktek langsung di akhir kegiatan. Adapun yang menjadi peserta adalah siswa kelas IV yang berjumlah 18 orang. Sosialisasi ini dilaksanakan sebagai program kerja mandiri dalam kegiatan KKN 2022 dan terlaksana dengan baik sesuai dengan tujuan yang diharapkan oleh pelaksana.

Kata kunci: PHBS, Malang Sari, PHBS Sekolah

ABSTRACT

Basically all public health behavior that is carried out on the basis of personal awareness is PHBS. It consists of five settings, namely household settings, educational institution settings, workplace settings, public place settings, and health facility settings. The targets in PHBS are divided into three, namely primary, secondary and tertiary. PHBS in schools is included in the main target. However, the general goal of PHBS is the same, namely increasing public awareness to want to live clean and healthy. Clean and healthy living behavior (PHBS) in educational facilities has long been echoed by the Indonesian government through the Ministry of Health. PHBS in schools is a certain health procedure that is carried out by empowering teachers, students, and the community in the school environment. They are expected to apply a healthy lifestyle to create a healthy school and environment around the school. The benefit of PHBS in schools is to create a clean and healthy environment. That way, the teaching and learning process will run smoothly, while the health of teachers, students, and the surrounding community is not disturbed. This socialization was held on Tuesday, July 26, 2022, at SDN 3 Malang Sari, Pedes District, Karawang Regency. This activity was carried out in the form of lectures with the help of power points, questions and answers with students and also a demonstration of the 6 steps of good and correct hand washing and hands-on practice at the end of the activity. The participants were class IV students, totaling 18 people. This socialization was carried out as an

independent work program in the 2022 KKN activities and was carried out well in accordance with the objectives expected by the implementers.

Key word : PHBS, Malangsari, PHBS Sekolah

Pendahuluan

Desa Malangsari merupakan salah satu desa yang berada di kecamatan Pedes, kabupaten Karawang. Desa ini memiliki luas 381.850 Ha, Jumlah penduduk di Desa Malangsari yaitu 3820 orang yang terdiri dari 1946 orang penduduk berjenis kelamin laki-laki, serta 1874 orang penduduk berjenis perempuan dengan total KK (Kartu Keluarga) sebanyak 1221 KK. Masyarakat di Desa Malangsari umumnya berprofesi sebagai petani. Berdasarkan data kependudukan Desa Malangsari, diketahui bahwa penduduk Desa Malangsari didominasi lulusan Pendidikan Sekolah Dasar.

Sekolah Dasar (SD) merupakan awal pendidikan formal di Indonesia yang di mana pendidikan difokuskan pada anak-anak usia 6-12 tahun. Usia tersebut merupakan tahap di mana anak-anak rentan terkena penyakit. Rendahnya pengetahuan kesehatan anak tentu saja dapat mengganggu anak dalam melakukan tugas perkembangannya (Bur, N. dan Septiyanti, 2020). Sekolah merupakan tempat terjadinya proses pembelajaran anak didik untuk mempelajari ilmu pengetahuan tentang teknologi, seni budaya, nilai dan norma dalam kehidupannya. Selain sebagai tempat proses belajar, sekolah juga berfungsi sebagai tempat untuk mulai dikenalkannya sebuah perilaku. Perilaku hidup bersih dan sehat anak tingkat usia sekolah dasar salah satunya (Lina, 2017).

Menurut Kemenkes RI (2016) PHBS di sekolah merupakan langkah untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar bisa dan mau melakukan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam menciptakan sekolah yang sehat. Namun, PHBS di tatanan sekolah pada prakteknya seringkali terabaikan. Sehingga berdampak pada kesehatan anak, diantaranya terjangkitnya penyakit infeksi, diare dan cacingan (Nurhidayah *et al.*, 2021). Oleh karena itu, sosialisasi ataupun penyuluhan secara berkala di lingkungan sekolah sangat penting dilakukan. Guna menumbuhkan dan meningkatkan pemahaman PHBS di lingkungan sekolah.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kementrian Kesehatan, 2011). Menurut Pedoman Pembinaan PHBS yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan pada 2011, terdapat lima tatanan yang telah disepakati dalam PHBS, yaitu tatanan

rumah tangga, tatanan institusi pendidikan, tatanan tempat kerja, tatanan tempat umum, dan tatanan fasilitas kesehatan.

Pada dasarnya semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas dasar kesadaran pribadi merupakan PHBS. Hal-hal yang diterapkan dalam PHBS tergantung ruang lingkungannya, misalnya di lingkungan tempat tinggal, sekolah, perkantoran, tempat umum, hingga fasilitas kesehatan. Meski demikian, tujuan PHBS secara umum adalah sama, yakni meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat (Nurfadillah, 2020). Gerakan PHBS memiliki tujuan utama, yaitu meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang merupakan awal dari kontribusi individu-individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari – hari yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS yang paling utama adalah terciptanya masyarakat yang sadar kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk menjalani perilaku hidup yang menjaga kebersihan dan memenuhi standar kesehatan (Kemenkes RI, 2016).

Secara nasional PHBS sekolah meliputi 8 indikator antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, penggunaan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan tinggi badan setiap 6 bulan sekali dan membuang sampah pada tempatnya (Kemenkes RI, 2011). Sasaran PHBS sendiri terbagi menjadi tiga, primer, sekunder dan tersier. Penerapan PHBS pada masing-masing individu termasuk dalam kategori primer dan PHBS di sekolah oleh para siswa merupakan salah satunya. Sedangkan sasaran sekunder adalah pada orang yang memiliki pengaruh pada suatu wilayah, dan yang terakhir adalah sasaran tersier berupa penetapan aturan atau advokasi.

Salah satu program gerakan masyarakat sehat melalui pendekatan keluarga adalah PHBS Sekolah. Selain menyebabkan timbulnya berbagai penyakit, tidak dibiasakannya PHBS di sekolah juga dapat berdampak pada proses pembelajaran. Sehingga proses tersebut tidak berjalan dengan baik. Berdasarkan hasil penelitian Lina (2017) dapat ditunjukkan adanya hubungan PHBS dengan suasana belajar, misalnya kondisi kelas yang kotor dapat menyebabkan menurunnya keinginan belajar pada siswa. Sehingga hal tersebut dapat menghambat proses belajar-mengajar di sekolah. Oleh karena itu, sosialisasi merupakan kegiatan yang perlu dilakukan untuk menambah pemahaman siswa mengenai PHBS. Selain menjelaskan bagaimana penerapan PHBS di sekolah, para siswa juga harus diberi tahu apa saja akibat jika tidak dilakukannya PHBS di sekolah. Sehingga diharapkan melalui sosialisasi kegiatan PHBS dapat semakin meningkat di lingkungan sekolah.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan sosialisasi ini dilakukan dengan penyampaian mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar melalui media gambar dalam *power point*. Dalam pelaksanaannya diberikan penjelasan dan pemahaman mengenai PHBS sesederhana mungkin agar mudah dipahami oleh anak usia Sekolah Dasar. Diharapkan dengan adanya kegiatan ini, para siswa dapat mengerti dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah secara konsisten. Guna menghindari dan mengurangi timbulnya berbagai macam penyakit yang mudah ditularkan dan disebabkan oleh bakteri. Terutama di era endemi seperti ini.

Sasaran dari kegiatan sosialisasi ini adalah siswa-siswi kelas IV SD Negeri 3 Malangsari. Sekolah dasar ini berada di Desa Malangsari, Kecamatan Pedes, Kabupaten Karawang. Sebanyak 18 siswa-siswi mengikuti kegiatan sosialisasi ini. Kegiatan diawali dengan pengenalan dan tanya jawab mengenai PHBS untuk mencari tahu sejauh mana pemahaman para siswa mengenai PHBS di sekolah.

Selanjutnya dilakukan pemaparan materi mengenai PHBS. Kemudian dilakukan demo mengenai 6 langkah mencuci tangan yang benar. Selanjutnya seluruh siswa yang hadir melakukan praktek langsung mengenai 6 langkah mencuci tangan yang benar. Di akhir sesi dilakukan kembali tanya jawab untuk mengetahui sejauh mana pemahaman mereka mengenai PHBS setelah dilakukan sosialisasi.

Hasil dan Pembahasan

SDN 3 Malangsari merupakan sarana sekolah formal tingkat pertama yang terletak di Desa Malangsari, Kecamatan Pedes, Kabupaten Karawang. Desa Malangsari sendiri merupakan sebuah desa yang secara geografi luas wilayahnya merupakan daerah pertanian, terutama padi.

Anak usia sekolah merupakan masa keemasan untuk ditanamkannya nilai-nilai *healthy lifestyle* dan mempromosikannya baik dalam sekolah, keluarga maupun masyarakat. PHBS merupakan faktor kedua terbesar setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok, atau masyarakat. Perilaku ini menyangkut pengetahuan akan pentingnya hygiene perorangan, sikap dalam menanggapi penyakit serta tindakan yang dilakukan dalam menghadapi suatu penyakit atau permasalahan kesehatan lainnya (Mustar *et al.*, 2018).



Gambar 1. Sosialisasi PHBS di SDN 3 Malangsari

Sosialisasi mengenai PHBS kini menjadi sangat krusial mengingat anak-anak Sekolah Dasar berada dalam *range* usia yang sangat mudah untuk terjangkit sebuah penyakit. Terutama di era *New Normal* sekarang ini, di mana anak-anak sudah mulai melakukan kegiatan belajar dan mengajar secara langsung. Sejak pandemi Covid 19 yang terjadi sejak tiga tahun lalu, pemerintah semakin gencar dalam menggaungkan mengenai pentingnya mencuci tangan dengan sabun. Oleh sebab itu, kegiatan ini sangat penting dilakukan terutama sejak berada dalam usia anak-anak.

Pelaksanaan kegiatan PHBS bagi anak sekolah ini merujuk pada 4 langkah aksi penelitian yaitu: perencanaan, tindakan, observasi dan evaluasi, serta refleksi.

Tahapan tersebut dijelaskan sebagai berikut :

1. Perencanaan

Pada tahap pertama dilakukan kunjungan terlebih dahulu ke SDN 3 Malangsari untuk melakukan survei lokasi. Serta mengurus perijinan dari Kepala Sekolah SD terkait. Selanjutnya dilakukan sosialisasi program penyuluhan PHBS di SDN 3 Malangsari yang melibatkan siswa, guru, serta tim pelaksana. Kemudian dilakukan penyusunan materi yang akan disampaikan ketika kegiatan sosialisasi mengenai PHBS berlangsung.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa implementasi Program Kerja yang dilakukan diantaranya adalah, edukasi program PHBS pada siswa, menjelaskan manfaat dari cuci tangan yang baik, serta demonstrasi enam langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Selain itu dijelaskan juga mengenai bagaimana cara memotong kuku yang baik, serta apa saja akibatnya jika kuku dibiarkan panjang dan kotor.

3. Observasi, monitoring dan evaluasi

Dilakukan observasi terhadap proses implementasi kegiatan berdasarkan indikator program PHBS. Dari hasil kegiatan ini didapatkan rata-rata para siswa memiliki pengetahuan yang lebih tinggi dibandingkan sebelum kegiatan pendidikan kesehatan ini dimulai. Hal ini dilihat dari respon pertanyaan yang diberikan oleh para siswa. Dari 18 siswa yang telah mengikuti kegiatan ini, sebanyak 12 siswa mampu menjawab pertanyaan yang diberikan dengan baik dan benar. Selain itu hampir seluruh siswa mampu mempraktekkan dan menyebutkan urutan mencuci tangan dengan baik dan benar. Kegiatan sosialisasi PHBS berjalan dengan lancar, semua siswa antusias mengikuti kegiatan mengenai kesehatan ini. Berdasarkan hasil *pre test* dan *pos test*, kegiatan ini mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa agar dapat mempraktekkan perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah.

4. Refleksi

Refleksi dilakukan setelah melaksanakan kegiatan. Hal ini dilakukan untuk diketahui apa saja kekurangan serta kelebihan yang terdapat dalam kegiatan yang telah dilaksanakan tersebut. Hal ini juga memiliki manfaat untuk menentukan rekomendasi terhadap keberlangsungan atau pengembangan kegiatan berikutnya.

Kesimpulan dan Rekomendasi

Kegiatan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 3 Malangsari yang diikuti oleh 18 orang siswa telah dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 26 Juli 2022. Acara sosialisasi berjalan dengan baik dan lancar. Outcome dari kegiatan ini diharapkan dapat tercapai dengan baik. Salah satunya adalah adanya peningkatan wawasan dari para peserta kegiatan sosialisasi ini, sehingga kedepannya para siswa mampu mempraktekkan apa yang telah dijelaskan mengenai PHBS secara disiplin..

Diharapkan kegiatan sosialisasi seperti ini dapat dilakukan secara rutin dan berkala. Baik di lokasi yang sama maupun lokasi berbeda lainnya dengan cakupan partisipan yang lebih banyak. Serta alokasi waktu lebih lama dengan sasaran primer berupa pelajar. Hal ini dikarenakan para siswa ini akan menjadi penerus bangsa kedepannya. Kegiatan sosialisasi ini dilaksanakan mulai dari tingkatan pelajar paling bawah (Sekolah Dasar) sebagai periode penting untuk meningkatkan kedisiplinan siswa dalam menerapkan PHBS di lingkungan Sekolah, terutama pada masa adaptasi kebiasaan baru setelah pandemi Covid 19.

Daftar Pustaka

- Bur, N. dan Septiyanti. 2020. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2(1) : 46-51.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2016. *PHBS*. <https://promkes.kemkes.go.id/phbs>. (diakses pada 14 Agustus 2022).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2011. *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta : Kemenkes RI.
- Lina, H.,P. 2017. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal Promkes*. 4(1) : 92–103.
- Mustar, Y.,S., Susanto, I.,H., dan Bakti, A.,P. 2018. Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan (JISIP)*. 2(2) : 89-95.
- Nurfadillah, A.,R. 2020. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (New Normal). *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat (JPKM)*. Hal : 1-6.
- Nurhidayah, I., Asifah, L., dan Rosidin U. 2021. Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*. 13(1) : 61-71.