

# EDUKASI PENERAPAN PERILAKU HIDUP SEHAT DAN BERSIH (PHBS) PADA SISWA

## SDN KEMIRI I

Arum Hasanah , Yana Cahyana , Dedy Frianto

Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi

Universitas Buana Perjuangan Karawang

Jl. HS Ronggo Waluyo, Teluk Jambe Timur, Karawang 41361

[Fm19.arumhasanah@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:Fm19.arumhasanah@mhs.ubpkarawang.ac.id) ,

[yana.cahyana@ubpkarawang.ac.id](mailto:yana.cahyana@ubpkarawang.ac.id) , [dedy.frianto@ubpkarawang.ac.id](mailto:dedy.frianto@ubpkarawang.ac.id)

### ABSTRAK

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan intrakulikuler yang memadukan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan metode pemberian pengalaman belajar dan bekerja kepada mahasiswa dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat. Salah satu kegiatan yang menambah dayat kritis dan pengalaman bagi mahasiswa dalam bentuk nyata yaitu melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata. Program Kuliah Kerja Nyata merupakan mata kuliah intrakulikuler yang wajib ditempuh oleh mahasiswa pada tiap-tiap program studi jenjang S1. Menurut riwayat ada sekelompok masyarakat yang rukun dan damai meskipun kehidupan ekonominya masih serba kekurangan diantara rimbunnya hutan jati tumbuhlah satu pohon yang besar dan kokoh yaitu pohon "Kemiri" karena perbedaan yang sangat mencolok. Metode pelaksanaan kegiatan KKN kepada masyarakat adalah melaksanakan kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan pada anak sekolah dasar. Dengan cara Melihat dan sosialisasi pada siswa Sekolah Dasar Kemiri I tentang perilaku hidup sehat dan bersih. PHBS di sekolah merupakan perilaku yang harus dipraktikan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Pelaksanaan KKN dilakukan di desa Kemiri dengan melakukan kegiatan memberikan edukasi PHBS terhadap siswa SD Kemiri I. Proses ini bertujuan untuk menerapkan pola hidup sehat dan bersih kepada anak-anak dan masyarakat sekitar yang perlu diterapkan pada kehidupan sehari-hari tentunya.

**Kata kunci:** Kerja Kuliah Nyata, Kesehatan, PHBS

## PENDAHULUAN

Kuliah Kerja Nyata (KKN) merupakan kegiatan intrakurikuler yang memadukan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan metode pemberian pengalaman belajar dan bekerja kepada mahasiswa dalam kegiatan pemberdayaan masyarakat. Salah satu kegiatan yang menambah dayat kritis dan pengalaman bagi mahasiswa dalam bentuk nyata yaitu melalui kegiatan Kuliah Kerja Nyata. Program Kuliah Kerja Nyata merupakan mata kuliah intrakurikuler yang wajib ditempuh oleh mahasiswa pada tiap-tiap program studi jenjang S1 (BP-KKN 2016). KKN dimasa sekarang dilakukan secara Hybrid, karena masi berdampaknya dengan pandemik covid-19.

Desa Kemiri merupakan salah satu daerah pedesaan yang terletak disebelah utara Kota Karawang yang tepatnya disebelah utara Kecamatan Rengasdengklok yang tanahnya subur, dan dipenuhi tumbuh tumbuhan dan hutan jati dan diwilayah tersebut dan menurut riwayat ada sekelompok masyarakat yang rukun dan damai meskipun kehidupan ekonominya masih serba kekurangan diantara rimbunnya hutan jati tumbuhlah satu pohon yang besar dan kokoh yaitu pohon "Kemiri" karena perbedaan yang sangat mencolok maka sekelompok masyarakat tersebut dengan hasil musyawarah melalui ketua pemangku adat/tokoh masyarakat yang bernama Rasiyem yaitu kurang lebih pada tahun 1849 memberi nama wilayah tersebut dengan sebutan Desa Kemiri dan sekaligus mengukuhkan dan mengangkat Rasiyem sebagai kuwa (Kepala Desa) Kemiri yang pertama Pada tahun 1983 dibawah pimpinan Kepala Desa Kemiri yang ke-9 yang bernama Mochamad Mahmur atas inisiatip masyarakat desa melalui LKMD (BPD pada era sekarang) Kepala Desa mengusulkan Permohonan pemekaran Desa Kemiri kepada Bupati Karawang pada kala itu dikarenakan area wilayah desa yang sangat luas sehingga perlunya untuk pengefesiensian dan pengefektipan pelayanan kepada masyarakat.

Salah satu upaya untuk mencegah masalah kesehatan tersebut adalah melalui program perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (Proverawati & Rahmawati, 2012). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan sekumpulan tindakan yang dilakukan atas dasar kesadaran diri yang digunakan untuk pembelajaran sehingga dapat membantu dirinya sendiri maupun orang lain

terutama dalam bidang kesehatan (Riskesdas, 2008). Dalam buku saku pelaksanaan PHBS Kemenkes Tahun 2008 indikator PHBS di institusi pendidikan/sekolah yaitu mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olah raga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, dan membuang sampah pada tempatnya (Kemenkes, 2008).

PHBS adalah semua perilaku yang bertujuan memberikan edukasi bagi individu dan kelompok untuk meningkatkan pengetahuan dan perilaku sehingga sadar dan mampu mempraktikkan PHBS. Melalui PHBS diharapkan masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Notoadmodjo,S., 2007). Penerapan PHBS dalam pencegahan virus COVID-19 dapat berupa cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara menerapkan etika batuk, cara melakukan physical distancing (menjaga jarak fisik), dan cara menjaga kebersihan diri (Razi. F., et al 2020).

## **METODE**

Metode pelaksanaan kegiatan KKN kepada masyarakat adalah melaksanakan kegiatan yang berkaitan dengan kesehatan pada anak sekolah dasar. Dengan cara Melihat dan sosialisasi pada siswa Sekolah Dasar Kemiri I tentang perilaku hidup sehat dan bersih. Kegiatan pada saat melakukan KKN Hybrid yaitu .



## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Permasalahan yang dapat ditemukan ada beberapa persoalan yang terjadi pada siswa sekolah dasar kemiri I yang berada di desa Kemiri Kecamatan Jayakarta yang berhubungan dengan kesehatan dan hidup bersih pada anak. Penerapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak, karena seringkali muncul berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-12 tahun), yang ternyata pentingnya bagi kita untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat ( PHBS ) apalagi menerapkan sejak dini. PHBS di sekolah merupakan perilaku yang harus dipraktikan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat.



Dokumentasi Pribadi

PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari – hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat. Manfaat PHBS di Sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan para siswa, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat. Pelaksanaan kegiatan PHBS bagi anak sekolah, ini merujuk pada 3 langkah *action research* yaitu : perencanaan, tindakan, dan obsevasi. Perencanaan dilakukan dengan cara sosialisasi program penyuluhan PHBS di SDN Kemiri I yang melibatkan siswa kelas IV, dan panitia. Pelaksanaan dalam kegiatan ini berupa implementasi Program

Kegiatan yang dilaksanakan seperti, Edukasi Program PHBS untuk siswa, mendemonstrasikan olahraga yang teratur dan terukur, Mempraktikan dan menerapkan metode cuci tangan dengan bersih dan benar, mendemonstrasikan sikat gigi yang benar, edukasi Mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, edukasi Membuang sampah pada tempatnya. Kemudian pada Observasi dilakukan terhadap proses implementasi kegiatan berdasarkan indikator program PHBS.

## **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Kerja Kuliah Nyata (KKN) adalah program pengabdian kepada masyarakat guna membentuk kepedulian dalam memberdayakan lingkungan untuk menciptakan dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak-anak dan masyarakat sekitar, dengan cara edukasi metode cuci tangan dengan bersih dan benar, mendemonstrasikan sikat gigi yang benar, edukasi mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, edukasi membuang sampah pada tempatnya. Pelaksanaan KKN dilakukan di desa Kemiri Kecamatan Jayakarta dengan melakukan sosialisasi edukasi penerapan hidup bersih dan sehat kepada siswa SDN Kemiri I. Proses ini bertujuan untuk menerapkan pola hidup sehat dan bersih kepada anak-anak dan masyarakat sekitar yang perlu diterapkan pada kehidupan sehari-hari tentunya. Maka dari itu masyarakat harus lebih meningkatkan kesadarannya terhadap lingkungan sekitar agar dapat menciptakan lingkungan yang bersih dan nyaman.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Kemenkes. (2008). Buku Saku Pelaksanaan PHBS Bagi Masyarakat Di Wilayah Kecamatan. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Notoatmodjo, S. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Rineka Cipta: Jakarta.
- Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2012). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Razi F., Yulianty V., Amani, S A., Fauzia J H. (2020). Bunga Rampai Covid-19: Buku Kesehatan Mandiri Untuk Sahabat. Pd Prokami: Depok.
- Riskesdas. (2008). Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2007. Laporan Nasional 2007. Kementerian Kesehatan RI.