

## **SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DEMI MEWUJUDKAN GENERASI YANG BERKUALITAS**

Dyah Kharisma Ariyanti<sup>1</sup>, Dexi triadinda<sup>2</sup>

Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi

Email : [fm20.dyahariyanti@mhs.ubpkarawang.ac.id](mailto:fm20.dyahariyanti@mhs.ubpkarawang.ac.id)<sup>1</sup>

[dexidinda@ubpkarawang.ac.id](mailto:dexidinda@ubpkarawang.ac.id)<sup>2</sup>

### **Ringkasan**

Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat adalah proses penting untuk mengedukasi dan mengajak masyarakat agar lebih peduli dan aktif dalam menjaga kebersihan diri, lingkungan, dan pola hidup sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat memiliki keterkaitan dengan penyakit, karena beberapa anak-anak atau masyarakat di Desa Gintung Kerta yang belum sepenuhnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat tersebut. Dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat ini sangatlah penting untuk membangun kesadaran masyarakat agar dapat terhindar dari berbagai macam penyakit. Tujuan diadakannya sosialisasi ini untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan mengenai cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak di Desa Gintung kerta. Metode dalam pelaksanaan kegiatan program kerja ini dilakukan dengan cara bersosialisasi dengan anak-anak. Kegiatan sosialisasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Demi Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 15 Juli 2023 yang bertempat di Dusun Krajan 1 RT 04, yang dihadiri oleh 25 orang anak-anak Desa Gintung Kerta. Hasil yang didapat dari kegiatan ini adalah meningkatkan pemahaman dan pengetahuan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat demi mewujudkan generasi yang berkualitas, serta agar tidak mudah terkena penyakit.

Kata Kunci : Hidup Bersih dan Sehat, Generasi Yang Berkualitas, Kesehatan

### **Pendahuluan**

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah salah satu kegiatan pelaksanaan Tri Dharma Perguruan Tinggi, Universitas Buana Perjuangan Karawang yang dimana wajib dalam melaksanakan kegiatan Tri Dharma Perguruan Tinggi dengan meliputi pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat salah satunya yaitu Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang dilakukan pada mahasiswa dengan didampingi Dosen Pembimbing Lapangan

(DPL). Pelaksanaan KKN tahun 2023 ini mengusung tema “Gotong Royong Membangun Desa Berkarya dan Berdaya Menuju Tercapainya SDGs Desa”.

Desa Gintung Kerta adalah sebuah desa tau wilayah administratif tingkat IV setingkat desa di kecamatan Klari, Kabupaten Karawang, Provinsi Jawa Barat. Desa Gintung Kerta yang memiliki kode wilayah atau Kode Kernendagri 32.15.05.2017 dan kode pos 41371. Desa Gintung Kerta yang sudah termasuk ke desa mandiri ini artinya desa sudah mempunyai ketersediaan dan akses terhadap pelayanan dasar yang mencukupi, infrastruktur yang memadai, aksesibilitas atau transportasi yang tidak sulit, pun pelayanan umum yang bagus. Serta adanya pemyelenggaraan pemerintahan yang sudah sangat baik. Maka artinya, Desa Gintung Kerta sudah tidak lagi masuk dalam kategori desa tertinggal.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu esensi dan hak asasi manusia untuk tetap mempertahankan kelangsungan hidupnya. Hal ini juga merupakan salah satu upaya preventif (pencegahan terhadap suatu penyakit atau masalah kesehatan) dan promotif (peningkatan derajat kesehatan) pada seseorang. Pada dasarnya PHBS merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur–jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi (Humaizi, H & Yusuf, M. 2021).

Sosialisasi hidup bersih dan sehat merupakan suatu upaya penting dalam mewujudkan generasi yang sehat dan berkualitas. Generasi yang sehat memiliki peran krusial dalam pembangunan bangsa dan keberlanjutan masyarakat. Upaya sosialisasi ini dilakukan untuk menciptakan kesadaran dan mengajarkan nilai-nilai serta perilaku hidup sehat kepada seluruh anggota masyarakat, terutama generasi muda yang merupakan harapan masa depan.

Dengan menerapkan PHBS dalam lingkungan masyarakat dapat memberikan dampak baik terhadap kesehatan serta kualitas sumber daya manusia terutama peningkatan derajat kesehatan, status gizi, dan pola hidup masyarakat. PHBS dapat diterapkan pada kegiatan seperti rumah tangga, sekolah, tempat umum, instansi/tempat kerja, serta organisasi/lembaga kemasyarakatan, dan lain-lain. PHBS ini sebagai bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun social (Hijriani et al., 2022).

Tujuan dari pelaksanaa Kuliah kerja Nyata ini adalah meningkatkan pemahaman dan membangun kesadaran masyarakat khususnya anak-anak mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Terdapat perubahan perilaku masyarakat khususnya pada usia dini. Mengedukasi masyarakat tentang

manfaat hidup bersih dan sehat, serta risiko dan dampak negatif dari kebersihan yang buruk dan gaya hidup yang tidak sehat. Dengan hidup bersih dan sehat, masyarakat akan merasakan peningkatan kualitas hidup secara keseluruhan, baik secara fisik, mental, maupun sosial (Humaizi, H & Yusuf, M. 2021).

## Metode

Kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini dilaksanakan pada tanggal 1 Juli 2023 sampai 31 Juli 2023 yang dilakukan di Desa Gintung Kerta, Kecamatan Klari, Kabupaten Karawang. Metode dalam pelaksanaan kegiatan program kerja ini dilakukan dengan cara bersosialisasi dengan anak-anak mengenai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Demi Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas.

Target/sasaran dari penulis laporan individu ini memberikan wadah keilmuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, bagi anak-anak yang ingin mengetahui mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Subjek pada kegiatan Sosialisasi Hidup Bersih dan Sehat ini dikhususkan pada anak-anak yang ada di Desa Gintung Kerta. Kegiatan sosialisasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Demi Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas dilaksanakan pada hari sabtu, tanggal 15 Juli 2023 yang bertempat di Dusun Krajan 1 RT 04, yang dihadiri oleh 25 orang anak-anak Desa Gintung Kerta. Dalam kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ini termasuk kedalam program SDGs pada point ke 3 "Desa Sehat dan Sejahtera".

## Hasil Penelitian dan Pembahasan

### Hasil Penenlitan

Dari hasil kegiatan Kuliah Kerja Nyata yang telah dilakukan di Desa Gintung Kerta dalam waktu pelaksanaan selama 1 bulan dengan mengikuti kebijakan dari instansi tersebut. Sosialisasi hidup bersih dan sehat adalah proses penting untuk mengedukasi dan mengajak masyarakat agar lebih peduli dan aktif dalam menjaga kebersihan diri, lingkungan, dan pola hidup sehat. Berikut hasil kegiatan individu yang sudah terlaksanakan sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

No	Kegiatan	Waktu	Keterangan
----	----------	-------	------------

1.	Pemaparan materi mengenai Sosialisasi Hidup Bersih dan Sehat Demi Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas	15 Juli 2023 08:45-09:15	Posko KKN
2.	Memberikan doorprize kepada anak-anak yang dapat mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik dan benar	15 Juli 2023 09:15-09:20	Posko KKN
3.	Membagikan snack kepada anak-anak hadir pada kegiatan sosialisasi	15 Juli 2023 10:15-10:25	Posko KKN

Kegiatan sosialisasi hidup bersih dan sehat ini masuk kedalam program SDGs Desa yang terdapat pada point ke-3 yaitu "Desa Sehat dan Sejahtera". Dari program kerja yang sudah dilakukan dengan cara bersosialisasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat demi mewujudkan generasi yang berkualitas, karena di Desa Gintung Kerta masih banyak anak-anak yang belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Berikut ini beberapa dokumentasi pada kegiatan sosialisasi hidup bersih dan sehat :

1. Pemaparan Materi Mengenai Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Demi Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas



2. Memberiakan Doorprize Pada Anak-anak Yang Berani Mempraktikkan Cara Mencuci Tangan Yang Baik Dan benar



## **Pembahasan**

Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat merupakan upaya untuk mengedukasi dan membentuk kesadaran masyarakat agar dapat menjalankan pola hidup yang sehat dan menjaga kebersihan diri, lingkungan, serta makanan yang dikonsumsi. Melalui sosialisasi ini, diharapkan kesadaran akan pentingnya hidup bersih dan sehat dapat meningkat, dan perilaku hidup sehat menjadi gaya hidup yang lebih melekat dalam kehidupan sehari-hari (Hotima, 2020)..

Materi yang disosialisasikan adalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Demi Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas. Materi tersebut meliputi mencuci tangan dengan sabun, penggunaan jamban bersih dan sehat, serta membuang sampah di tempatnya. PHBS menurunkan kejadian sakit terutama penyakit infeksi yang dapat membuat energi untuk pertumbuhan teralihkan kepada perlawanan tubuh menghadapi infeksi, olahraga teratur, dan istirahat yang cukup, gizi sulit diserap oleh tubuh dan terhambatnya pertumbuhan (Jupri et al., 2022).

Sosialisasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Demi Mewujudkan Generasi Yang Berkualitas telah dilakukan pada hari Sabtu, tanggal 15 Juli 2023 yang bertempat di Dusun Krajan 1, yang dihadiri oleh anak-anak Desa Gintung Kerta. Acara dimulai pada pukul 08.30-10.30 WIB. Dalam pemaparan materi penulis menjelaskan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat agar terhindar dari berbagai macam penyakit. Dalam kegiatan sosialisasi ini diikuti sebanyak 25 anak-anak.

Pada materi disampaikan dampak atau penyakit yang akan diderita anak-anak bila tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat yang benar. Pada saat penyampaian anak-anak diajak untuk terlibat langsung dalam mempraktekkan cara cuci tangan yang baik dan benar. Anak-anak terlihat antusias dalam mempraktekkan cara mencuci tangan yang baik dan benar, karena pemberian informasi yang disampaikan mudah dimengerti oleh anak-anak (Handayani et al., 2016).

## **Kesimpulan dan Ringkasan**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan dari program kerja kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Masih terdapat anak-anak yang tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di Desa Gintung Kerta.

2. Kurangnya pengetahuan yang didapatkan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada usia dini.
3. Dari hasil kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat anak-anak menjadi lebih memahami mengenai perilaku hidup bersih dan sehat yang harus dilakukan agar tidak mudah terkena penyakit.

### Rekomendasi

Adapun rekomendasi yang dapat disampaikan berdasarkan dari hasil kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) yaitu sebagai berikut :

1. Kegiatan sosialisasi ini perlu dilakukan secara rutin untuk mengedukasi anak-anak guna untuk tercapainya Desa Sehat dan Sejahtera.
2. Melibatkan tenaga kesehatan di puskesmas dan klinik untuk memberikan edukasi kepada anak-anak dan masyarakat di Desa Gintung kerta tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat.

### Daftar Pustaka

- Humaizi, H., & Yusuf, M. (2021). Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anggota Karang Taruna Desa Paya Rengas Kecamatan Hinai Kabupaten Langkat. *Dharma Raflesia: Jurnal Ilmiah Pengembangan dan Penerapan IPTEKS*, 19 (1), 146-153.
- Hijriani, B. I. H., Pertiwi, A. D., & Suhada, A. (2022). Sosialisasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Masyarakat Desa Lantan, Nusa Tenggara Barat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Sehati*, 1(1), 27-32.
- Jupri, A., Husain, P., Sucianawati, E., Ardina, G. A. D. N., Sunarwidi, E., & Rozi, T. (2022). Cegah Stunting dengan Penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat di Desa Penedagandor Kecamatan Labuhan Haji Kabupaten Lombok Timur. *ALAMTANA: Jurnal Pengabdian Masyarakat UNW Mataram*, 3(2), 101-106.
- Handayani, R., Novaryatiin, S., & Ardiany, S. D. (2016). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak-Anak Tingkat Sekolah Dasar di Desa Tabore Kecamatan Mentangai Kalimantan Tengah: Dissemination of Clean and Healthy Behavior in Primary School

Children in Tabor Village, Mentangai District, Central Kalimantan. Jurnal Surya Medika (JSM), 2(1), 8-13.

Hotima, S. H. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat era new normal. Majalah Ilmiah Pelita Ilmu, 3(2), 188-205.

## Lampiran

### 1. Lampiran Surat Undangan Sosialisasi



### 2. Lampiran Pamflet Kegiatan Sosialisasi



### 3. Lampiran Dokumentasi

