

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Sekolah Dasar Negeri Naku*Socialization of Clean and Healthy Living Behavior in Naku State Elementary School*

**Ronald Darlly Hukubun¹; Juan Marchel Paulus²; Jembris Nustelu³;
Vivin Ayuasthika⁴; Yansen Jagatri Kufila⁵; Laury Marcia Chara Huwae⁶
Laura Bianca Sylvia Huwae⁷**

¹⁻⁷ Universitas Pattimura, Ambon

Korespondensi penulis : lauryhuwae@gmail.com

Article History:

Received: November 30, 2023

Accepted: December 12, 2023

Published: January 31, 2024

Keywords:

Socialication, PHBS, student

Abstract: *The aim of this socialization activity is to increase the knowledge of Naku Christian Elementary School students about clean and healthy living behavior (PHBS) and teach clean and healthy living habits both in the school and family environment. The method used is socialization about PHBS. The results obtained after community service activities were carried out were increasing students knowledge about PHBS principles, being able to change students attitudes towards the importance of implementing PHBS principles, being able to apply PHBS in the school environment and in the family. UKS teachers know more about the challenges of teaching PHBS principles to students and how to create a healthy environment at school, including a canteen that meets health requirements and in the next stage students are expected to be able to become examples of PHBS behavior and as agents of change to spread knowledge about PHBS in the family environment and the wider community.*

Abstrak. Tujuan kegiatan sosialisasi ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa-siswi SD Kristen Naku tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) serta mengajarkan kebiasaan hidup bersih dan sehat baik di lingkungan sekolah maupun lingkungan keluarga. Metode yang digunakan berupa sosialisasi tentang PHBS. Hasil yang diperoleh setelah kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan yaitu menambah pengetahuan siswa tentang prinsip-prinsip PHBS, mampu mengubah sikap siswa terhadap pentingnya penerapan prinsip-prinsip PHBS, mampu menerapkan PHBS di lingkungan sekolah maupun di keluarga. Guru pembina UKS lebih mengetahui tentang cara mengajarkan prinsip PHBS pada siswa dan bagaimana cara mewujudkan lingkungan yang sehat disekolah, termasuk kantin yang memenuhi syarat kesehatan dan pada tahap selanjutnya siswa diharapkan mampu menjadi contoh perilaku PHBS dan sebagai agen perubahan untuk menyebarkan pengetahuan tentang PHBS pada lingkungan keluarga dan masyarakat luas.

Kata Kunci: Sosialisasi, PHBS, Siswa

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan sebuah upaya dasar yang bisa dilakukan sebagai makhluk hidup untuk menjaga kondisi kesehatan tubuh agar terhindar dari penyakit (Julianti dkk, 2018). Program PHBS dijalankan melalui proses edukasi kepada masyarakat. Dengan begitu tiap individu diharapkan menjadi sadar kesehatan dan mampu menjalankan perilaku bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-harinya. Terdapat lima tatanan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang ditetapkan oleh pemerintah, yaitu PHBS di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum. Dasar untuk mewujudkan

* Laury Marcia Chara Huwae, lauryhuwae@gmail.com

kesehatan di masyarakat pada tatanan PHBS adalah ruang lingkup di suatu wilayah tertentu dengan indikator pemberian ASI eksklusif, persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan, menimbang balita setiap bulan, menggunakan air bersih, mencuci tangan pakai sabun dan air mengalir, menggunakan jamban sehat, memberantas sarang nyamuk minimal sekali seminggu, mengkonsumsi buah dan sayur setiap hari, melakukan aktifitas fisik setiap hari dan tidak merokok. Dengan menerapkan 10 perilaku hidup bersih dan sehat tersebut di tingkat rumah tangga, diharapkan bisa meningkatkan kualitas kesehatan pribadi serta keluarga. Seperti halnya di wilayah pedesaan yang merupakan wilayah terbentuknya perilaku dalam pola hidup bersih dan sehat.

Permasalahan kesehatan seringkali muncul di masyarakat tanpa disadari dan diketahui penyebabnya. Hal ini terjadi karena masih rendahnya tingkat pengetahuan masyarakat mengenai Kesehatan (Hukubun dkk, 2024). Beberapa masalah kesehatan yang sering muncul di masyarakat adalah masih tingginya angka kematian ibu dan anak, gizi buruk, penyakit menular dan tidak menular serta gaya hidup yang tidak sehat. Maka untuk meningkatkan PHBS di masyarakat membutuhkan sebuah upaya pemberdayaan masyarakat melalui promosi kesehatan seperti edukasi atau sosialisasi kepada masyarakat. Sosialisasi kesehatan merupakan metode yang dapat diaplikasikan dalam tindakan preventif untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat dan menjaga kesehatan individu maupun Masyarakat (Huwae, 2023). Melalui sosialisasi maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas.

Pendidikan Kesehatan bagi anak bertujuan menambah kebiasaan hidup sehat agar dapat bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan lingkungannya serta ikut aktif dalam usaha-usaha kesehatan (Patty dkk, 2022). Tujuan pendidikan kesehatan adalah memberikan pengetahuan tentang prinsip dasar hidup sehat, menimbulkan sikap dan perilaku hidup sehat dan membentuk kebiasaan hidup sehat (Fitriani, 2011). Beberapa indikator PHBS yang sebaiknya dapat dilakukan disekolah maupun dirumah yaitu cuci tangan dengan air bersih dan sabun, sebaiknya jajan di kantin sekolah atau ditempat yang sudah terjamin hygiene dan pengolahannya tepat, buang air besar dan buang air kecil di jamban/ toilet, buang sampah ditempatnya, berolahraga, mengukur tinggi badan dan berat badan, memeriksa jentik nyamuk dan tidak merokok (Notoadmodjo, 2012).

Lokasi kegiatan pengabdian masyarakat ialah Negeri Naku Kecamatan Leitimur Selatan Kota Ambon ini yang ditetapkan oleh pengelola KKN Universitas Pattimura dan Pemerintah Negeri Naku dalam rangka implementasi Kuliah Kerja Nyata (KKN). Dari hasil survei yang dilakukan, ditemukan masih banyak warga Negeri Naku yang mandi, buang air

besar/kecil, dan mencuci baju di sungai. Air sungai tersebut tidak bersih dan dapat menyebabkan berbagai penyakit. Berdasarkan hal tersebut, disepakati untuk melakukan perubahan kecil melalui pemberian edukasi dan sosialisasi kebiasaan PHBS di SD Kristen Naku. Kegiatan ini dilakukan dengan harapan nantinya peserta didik dari SD Kristen Naku dapat menerapkan kebiasaan PHBS di rumah dan di masa yang akan datang.

METODE

Sasaran primer atau indikator PHBS pada siswa SD dianggap dapat mencerminkan dan mewakili keseluruhan perilaku hidup bersih dan sehat yaitu dalam melakukan kebiasaan mencuci tangan dengan menggunakan sabun. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, pemahaman dan kesadaran siswa tentang PHBS di dari sejak dini guna mencapai tingkat kesehatan yang setinggi-tingginya.

Metode yang digunakan adalah dengan melakukan sosialisasi. Materi sosialisasi disampaikan oleh Mahasiswa KKN Negeri Naku, dengan topik sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sosialisasi PHBS yang dilaksanakan pada 28 Oktober 2023, bertempat di SD Kristen Naku Kecamatan Leitimur Selatan Kota Ambon.

1. Penentuan Lokasi Sosialisasi

Setelah diskusi internal mahasiswa KKN Naku telah disepakati dan ditetapkan SD Kristen Naku sebagai lokasi dan sasaran dilakukannya kegiatan sosialisasi ini.

2. Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Bentuk edukasi yang diberikan kepada Siswa/Siswi Sekolah Dasar yaitu Sosialisasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menggunakan media LCD Proyektor dan Penyampaian materi dengan power point (ppt) dan pemutaran video cara mencuci tangan dan penyakit akibat tidak melaksanakan PHBS.

3. Demonstrasi Cuci Tangan 7 langkah

Siswa/siswi Sekolah Dasar melakukan praktik atau demonstrasi langsung cara 7 langkah mencuci tangan dengan menggunakan air mengalir dan handsanitizer.

Edukasi yang diberikan kepada siswa SD Kristen Naku kecamatan Leitimur Selatan Kota Ambon yang berjudul “Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa/siswi SD Kristen Naku kecamatan Leitimur Selatan Kota Ambon” oleh mahasiswa Universitas Pattimura merupakan salah satu program KKN dan partisipatif DPL dalam menunaikan kewajiban Tridharma Perguruan Tinggi.

Adapun tahapan-tahapan kegiatan pengabdian masyarakat dalam kegiatan sosialisasi ini dilakukan dengan beberapa tahap, antara lain sebagai berikut :

1) Tahap Persiapan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali pendekatan dengan guru wali kelas sebagai penanggung jawab kegiatan belajar mengajar di sekolah tempat pengabdian masyarakat dilaksanakan. Kegiatan selanjutnya meminta ijin kepada kepala sekolah dengan menyerahkan surat permohonan ijin pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat. Masing-masing pelaksana kegiatan diberi tugas untuk menyiapkan tempat pelaksanaan, menyiapkan materi sosialisasi, menyiapkan konsumsi pelaksanaan kegiatan dan menyiapkan sarana pelaksanaan seperti LCD proyektor, laptop, dan spanduk kegiatan).

2) Tahap Pelaksanaan

Kegiatan Pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan tanggal 28 Oktober 2023. Pengabdian Masyarakat dengan Edukasi berupa sosialisasi ini dilaksanakan melalui tahapan sebagai berikut :

a) Tahap Penentuan Sasaran Sosialisasi

Sasaran ditentukan berdasarkan keberadaan siswa disekolah disepakati pelaksanaan dihadiri 30 orang siswa yang dipilih dari kelas 4,5 dan 6.

b) Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa/siswi sekolah dasar

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dilaksanakan di ruang kelas SD Kristen Naku kecamatan Leitimur Selatan dengan penyampaian materi menggunakan software Microsoft power point melalui media LCD Proyektor dengan penyampaian materi selama 40 menit disertai dengan pemutaran video cara cuci tangan dan penyakit akibat dari tidak melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat.

c) Demonstrasi 7 langkah cuci tangan

Siswa/siswi diajarkan cara cuci tangan 7 langkah secara berurutan dan siswa/siswi diminta mengulang kembali dengan didampingi anggota tim pelaksana pengabdian masyarakat.

3) Tahap Evaluasi Kegiatan

Evaluasi kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan judul “Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa/siswi SD Kristen Naku kecamatan Leitimur Selatan Kota Ambon” meliputi evaluasi struktur, evaluasi proses dan evaluasi hasil.

a) Evaluasi Struktur

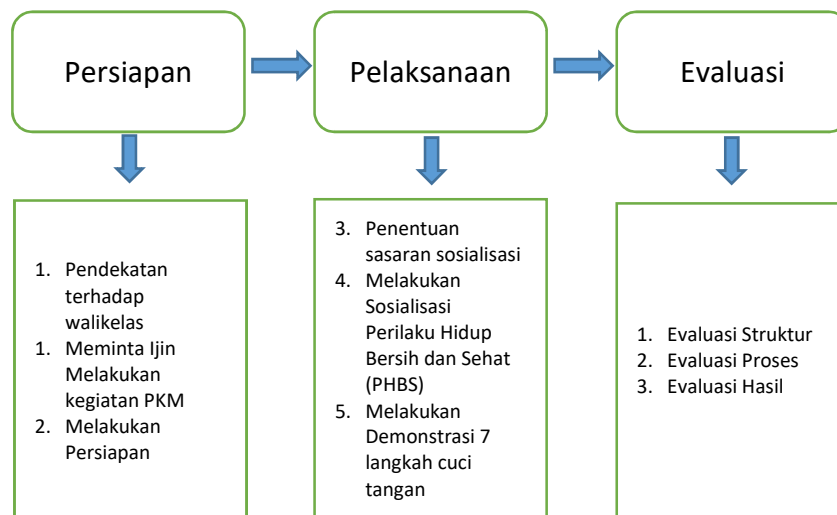
Kegiatan Pengabdian masyarakat ini telah dipersiapkan dengan membuat surat tugas dari Universitas Pattimura yang ditujukan kepada Kepala Sekolah SD Kristen Naku. Sasaran telah dipersiapkan melalui pendekatan dan kesepakatan dengan guru wali kelas 4, 5 dan kelas 6.

b) Evaluasi Proses

Kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan mahasiswa KKN Universitas Pattimura dan mendapatkan sambutan baik siswa/siswi kelas 4, 5 dan 6, guru-guru dan kepala sekolah SD Kristen Naku. Antusias yang ditunjukkan sasaran pada saat pelaksanaan sosialisasi dan demonstrasi juga memberikan gambaran bahwa sosialisasi yang dilaksanakan sangat bermanfaat bagi siswa/siswi SD Kristen Naku.

c) Evaluasi Hasil

Setelah dilakukan sosialisasi tampak siswa/siswi dapat mengulang kembali pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh tim pelaksana serta dapat melakukan demonstrasi ulang secara individu, ketika dipilih secara acak oleh tim untuk melakukan kembali demonstrasi cuci tangan 7 langkah.



Gambar 1. Diagram Tahapan Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan metode edukasi atau sosialisasi kepada siswa SD Kristen Naku kecamatan Leitimur Selatan Kota Ambon. Kegiatan pengabdian PHBS ini disambut baik oleh pihak sekolah, karena dapat menambah pengetahuan mereka tentang pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Survei awal dilakukan untuk melakukan kajian situasi yang ada di sekolah, hasilnya menunjukkan adanya kebutuhan informasi tentang program PHBS di sekolah, diketahui bahwa ada sekolah yang belum mendapatkan informasi tentang PHBS.

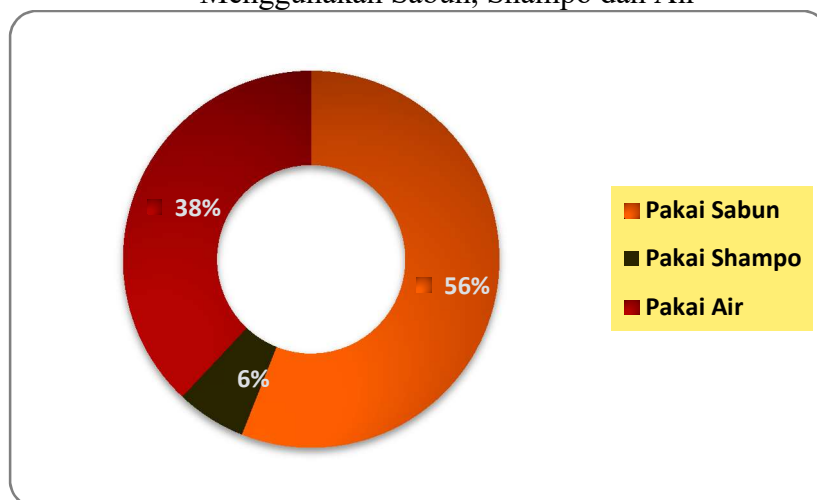
Kegiatan ini dilakukan berdasarkan 3 tahapan yaitu Tahap Persiapan, tahap Pelaksanaan dan tahap Evaluasi Kegiatan. Tahap Persiapan ini berusaha membangun komunikasi dengan pihak sekolah, menciptakan komunikasi yang efektif dan menumbuhkan

kooperatif bagi pihak sekolah agar kegiatan dapat berjalan lancar.

Dari 30 siswa SD Kristen Naku kecamatan Leitimur Selatan Kota Ambon, peserta kegiatan pelaksanaan edukasi dan sosialisasi ini di dapat informasi bahwa :

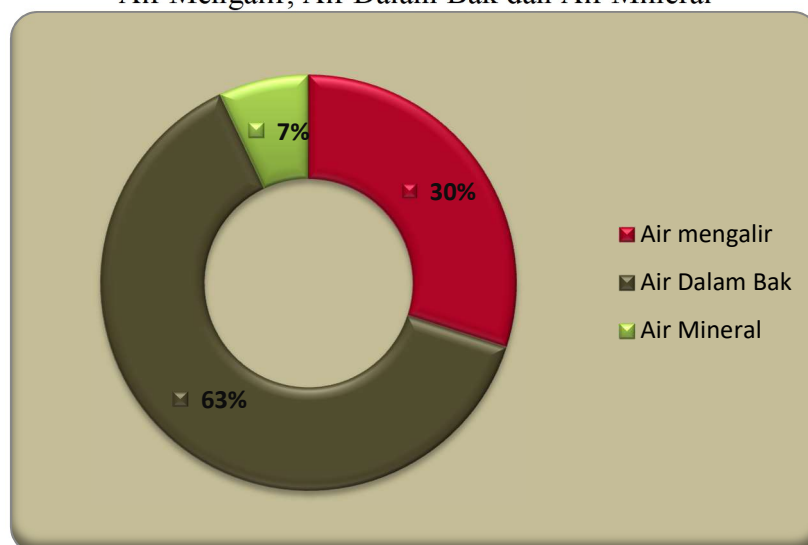
1. Peserta yang mencuci tangan menggunakan sabun, shampoo dan air

Chart 1. Hasil Observasi Kebiasaan Mencuci Tangan Menggunakan Sabun, Shampo dan Air



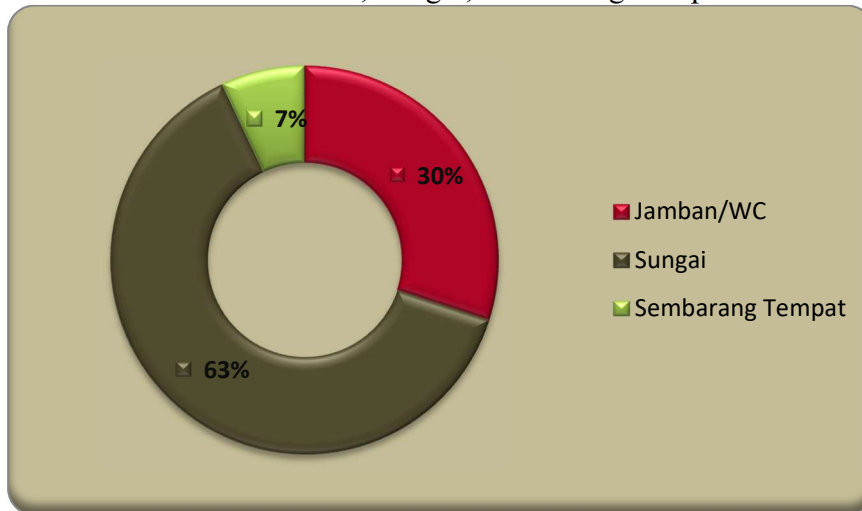
2. Peserta yang mencuci tangan menggunakan air mengalir

Chart 2. Hasil Observasi Kebiasaan Mencuci Tangan Menggunakan Air Mengalir, Air Dalam Bak dan Air Mineral



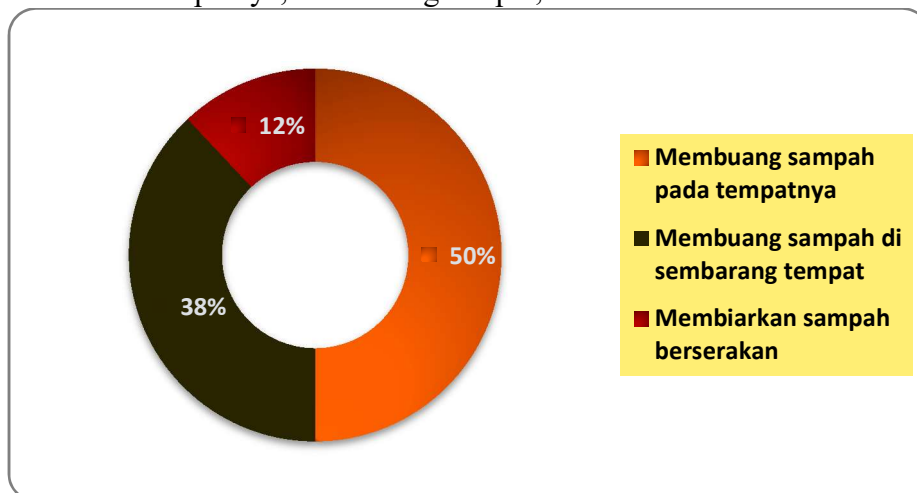
3. Kebiasaan peserta dalam hal tempat Buang Air Besar (BAB)

Chart 3. Hasil Observasi Kebiasaan Buang Air Besar
Jamban/WC, Sungai, Sembarang Tempat



4. Kebiasaan Peserta membuang Sampah

Chart 4. Hasil Observasi Kebiasaan Membuang Sampah
Pada tempatnya, Sembarang tempat, Membiarkan berserakan



DISKUSI

Dari informasi di atas dapat disimpulkan bahwa masih ada anak yang melakukan aktifitas sehari-hari tidak melaksanakan hidup bersih dan sehat, sehingga edukasi perilaku hidup bersih dan sehat harus terus menerus dilakukan sebagai pengingat bagi masyarakat

sekitar terutama orang tua dan guru-guru di sekolah sebagai contoh bagi anak-anak di sekolah dan di rumah.

Setelah dilakukan edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat kepada siswa-siswi sekolah dasar dapat diuraikan hasil yang diperoleh yaitu : Menambah pengetahuan siswa-siswi tentang prinsip-prinsip perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), diharapkan mampu mengubah sikap siswasiswi terhadap pentingnya penerapan prinsip-prinsip perilaku hidup bersih dan sehat, siswa-siswi mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah/ keluarga.

Guru pembina UKS lebih mengetahui tentang cara mengajarkan prinsip PHBS pada siswa dan bagaimana cara mewujudkan lingkungan yang sehat disekolah, termasuk kantin yang memenuhi syarat kesehatan dan pada tahap selanjutnya siswa diharapkan mampu menjadi contoh perilaku phbs dan sebagai agen perubahan untuk menyebarkan pengetahuan tentang PHBS pada lingkungan keluarga dan masyarakat luas.

Sekolah merupakan tempat untuk mencetak generasi penerus bangsa, oleh karena itu sekolah menjadi tempat yang sangat penting untuk menyiapkan generasi masa depan yang tanggap dengan masalah kesehatan (Huwae dkk, 2022). Indonesia memiliki penduduk yang termasuk kelompok anak-anak cukup besar yaitu sekitar 30 persen, sehingga masa-masa sekolah menjadi waktu yang tepat untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Selain bisa menjadi generasi yang mengerti masalah kesehatan anak sekolah juga bisa menjadi agen perubahan perilaku pada lingkungan keluarga dan Masyarakat (Sulastri dkk, 2019)

KESIMPULAN

Berdasarkan pembahasan di atas maka kegiatan edukasi dan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang telah dilakukan pada siswa-siswi SD Kristen Naku:

1. Mampu menjadi penggerak kebiasaan hidup bersih dan sehat yang dimulai dari lingkungan sekolah, tentunya manfaatnya ini tidak hanya dirasakan oleh siswa/siswi tetapi juga bagi guru di sekolah dan orang tua di rumah.
2. Guru dan orang tua haruslah selalu mengingatkan siswa-siswi dengan kebiasaan hidup bersih dan sehat sehari-hari, sehingga akan menjadi menjadi kebiasaan yang baik bagi siswa/siswi SD Kristen Naku.

PENGAKUAN

Penulis menyampaikan terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada Pengelola KKN

Universitas Pattimura, Kepala Sekolah dan Guru SD Kristen Naku, serta masyarakat Negeri Ema yang telah membantu menyukseskan kegiatan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Kristen Naku.

DAFTAR REFERENSI

- Aini, A. and Sriasih, M. (2020) 'Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tempat Kerja Sebagai Upaya Pencegahan Penularan Covid 19', *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(2), pp. 1–4. doi: 10.29303/jpmipi.v3i2.466.
- Dwi, P., Ambar, C. and Ridlo, I. A. (2020) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya', 8(1), pp. 47–58. doi: 10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58.
- Fitriani (2011) *Promosi Kesehatan*. I. Yogyakarta, Indonesia: Graha Ilmu Yogyakarta.
- I. W. Sugiritama, I. G. N. S. Wiryawan, I. G. A. D. Ratnayanthi., I. G. K. K. and Arijana, N. M. Linawati, I. A. I. W. (2021) 'Pengembangan pola hidup bersih dan sehat (phbs) pada anak sekolah melalui metode penyuluhan', *BULETIN UDAYANA MENGABDI*, 20, pp. 64–70.
- Kemenkes RI (2013) *Riset Kesehatan Dasar*. Edited by Balitbang Kemenkes RI. Jakarta, Indonesia.
- Madanih Rahmawati, Syahnas Dwi Anjari, A. M. (2019) 'Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) dengan 7 langkah cara mencuci tangan yang efektif di sekolah PAUD mawar kelurahan sawah baru, ciputat, tanggerang selatan', *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, (September).
- Notoadmodjo (2012) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Edited by Rineka Jaya. Jakarta, Indonesia: Rineka Jaya.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T. and Agustin, I. T. (2018) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah', *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), pp. 46–52. doi: 10.35568/abdimas.v1i2.327.
- R. Julianti, M. Nasirun and Wembrayarli, "Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah.," *Jurnal Ilmiah Potensia*, vol. 2, no. 3, (2018): 76-82
- Sulastri, K., Purna, I. N. and Suyasa, I. N. G. (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Anak Sekolah Tentang Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Wilayah Puskesmas Selemadeg Timur Ii', *Journal of Environmental Health*, 4, pp. 99–106.
- Hukubun, R. D., Huwae, L. M. Ch., Huwae, L. B. S., Huka, J. A. F. 2024. SEHATI : Sosialisasi Pencegahan dan Aksi Penanganan Stunting di Negeri Hatalai, Kota Ambon. *Sejahtera: Jurnal Inspirasi Mengabdikan Untuk Negeri*. Vol.3, No.1 Hal 17-28.
- Huwae, L. M. Ch., Salamor, S., Bandu, S. J. A., Silaratubun, K., Mainake, H. A., Hukubun, R. D. (2022). *Sosialisasi Bahaya Penggunaan Narkoba Bagi Generasi Milenial Di SMP*

Negeri 11 Ambon. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1 (4), 111–118.
<https://doi.org/10.55606/jpkm.v1i4.64>

Huwae, L. M. Ch., Dabutar, P. S. A., Oeijano, G. A., Kundiman, C. R., Mahua, A. U., Hukubun, R. D. 2023. Pelaksanaan Skrining Kesehatan sebagai Upaya Mencegah Penyakit Tidak Menular pada Usia Produktif dan Lansia di Negeri Latuhalat. *Sejahtera: Jurnal Inspirasi Mengabdikan Untuk Negeri*. Vol.2, No.1. Hal 27-36

Patty, F. U., Hukubun, R. D., Mahu, S. A., Tetelepta, N., Linansera, V. 2022. Sosialisasi Sex Education: Pentingnya Pengenalan Pendidikan Seks pada Remaja sebagai Upaya Meminimalisir Penyakit Menular Seksual. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 1(2), 225–231.
<https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i2.293>