

Sosialisasi Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat Kepada Anak-Anak Di Desa Lingga, Kecamatan Sungai Ambawang, Kabupaten Kubu Raya

¹⁾Leony Agustine, ²⁾Marisi Aritonang, ³⁾Rinto Manurung, ⁴⁾Meliana Pasaribu, ⁵⁾Josua Parulian Hutajulu

^{1,3)}Program Studi Ilmu Tanah, Fakultas Pertanian, Universitas Tanjungpura, Indonesia

^{2,5)}Program Studi Agribisnis, Fakultas Pertanian, Universitas Tanjungpura, Indonesia

⁴⁾Program Studi Matematika, Fakultas MIPA, Universitas Tanjungpura, Indonesia

Email: ¹⁾leony.agustine@faperta.untan.ac.id

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Sosialisai Hidup Bersih Hidup Sehat Sekolah Dasar SDN 27 Sungai Ambawang	<i>Desa Lingga merupakan salah satu desa yang ada di Kecamatan Sungai Ambawang Kabupaten Kubu Raya. SDN 27 Sungai Ambawang merupakan salah satu sekolah dasar yang terdapat di Desa Lingga, banyaknya jumlah siswa SDN 27 Sungai Ambawang namun akses jalan menuju ke sekolah tersebut dan fasilitas yang dimiliki SDN 27 Sungai Ambawang terbatas terutama untuk menerapkan hidup bersih dan sehat. Hidup Bersih dan Sehat pada usia dini sangat baik untuk mendidik dan menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersihan sebagai upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan. PKM ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang Hidup Bersih dan Sehat kepada siswa SDN 27 Sungai Ambawang, sehingga siswa SDN 27 Sungai Ambawang dapat mempraktekannya dalam kehidupan sehari-hari. Metode pelaksanaan dilakukan dengan sosialisasi atau penyuluhan. Penyuluhan Hidup Bersih dan Sehat pada siswa SDN 27 Sungai Ambawang berjalan lancar, semua peserta siswa SDN 27 Sungai Ambawang sangat antusias dan semangat mengikuti kegiatan PKM ini.</i>
	ABSTRACT
Keywords: Socialize Clean life Healthy living Elementary school SDN 27 Sungai Ambawang	<i>Lingga Village is one of the villages in Sungai Ambawang District, Kubu Raya Regency. SDN 27 Sungai Ambawang is one of the elementary schools in Lingga Village, there are a large number of students at SDN 27 Sungai Ambawang but access to the school and the facilities owned by SDN 27 Sungai Ambawang are limited, especially for implementing clean and healthy living. Clean and Healthy Living at an early age is very good for educating and instilling awareness of the importance of cleanliness as an effort to maintain personal and environmental health. This PKM aims to provide knowledge and understanding of Clean and Healthy Living to students of SDN 27 Sungai Ambawang, so that students of SDN 27 Sungai Ambawang can practice it in their daily lives. The implementation method is carried out by socialization or counseling. Counseling on Clean and Healthy Life for students of SDN 27 Sungai Ambawang went well, all student participants at SDN 27 Sungai Ambawang were very enthusiastic and enthusiastic about participating in this PKM activity.</i>
	This is an open access article under the CC-BY-SA license.
	

I. PENDAHULUAN

Desa Lingga merupakan salah satu desa yang ada di Kecamatan Sungai Ambawang Kabupaten Kubu Raya. Desa Lingga memiliki jumlah penduduk yang berusia 6 tahun sampai 19 tahun yang masih sekolah sebanyak 1.287 orang (Monografi Lingga, 2017). SDN 27 Sungai Ambawang merupakan salah satu sekolah dasar yang terdapat di Desa Lingga, banyaknya jumlah siswa SDN 27 Sungai Ambawang namun akses jalan menuju ke sekolah tersebut dan fasilitas yang dimiliki SDN 27 Sungai Ambawang terbatas terutama untuk menerapkan hidup bersih dan sehat. Banyak siswa SDN 27 Sungai Ambawang yang bersekolah tidak menggunakan sepatu apalagi saat musim penghujan hal ini dikarenakan akses jalan yang sangat berlumpur.

Hidup bersih dan sehat merupakan perilaku atau kebiasaan yang dipraktekkan atas dasar kesadaran sebagai upaya agar dirinya sehat dan aktif membantu kesehatan lingkungan disekitarnya. Hidup Bersih dan Sehat pada usia dini sangat baik untuk mendidik dan menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersihan sebagai upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan Menurut Proverawati (2012), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat merupakan pengertian lain dari PHBS.

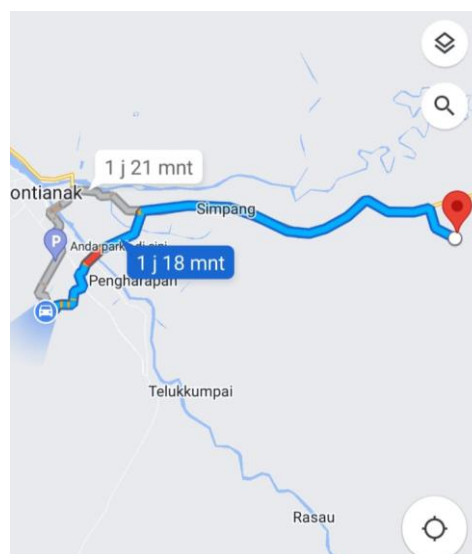
Anak usia sekolah dasar merupakan kelompok usia yang kritis, karena pada usia tersebut seorang anak rentan terhadap masalah kesehatan. Selain rentan terhadap masalah kesehatan, anak usia sekolah dasar juga berada pada kondisi yang sangat peka terhadap stimulus sehingga mudah dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan yang baik, termasuk kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat (Julianti, Nasirun dan Wembrayarli, 2018). Pada umumnya, anak-anak seusia ini juga memiliki sifat selalu ingin menyampaikan apa yang diterima dan diketahuinya dari orang lain. Oleh sebab itu sangat diperlukan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak-anak. Perilaku hidup bersih dan sehat memang sepertinya mudah dikatakan tapi penerapannya sangat sulit karena membutuhkan kesadaran dan kesungguhan akan pentingnya menjaga kesehatan. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat dilakukan dengan cara yang sederhana seperti cuci tangan dengan baik dan benar, etika batuk, serta menjaga kesehatan dan sistem kekebalan tubuh (Karo, 2020).

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah menurut Sya'roni. RS (2007), antara lain:

1. Menanamkan nilai-nilai untuk berperilaku hidup bersih dan sehat kepada siswa sesuai dengan kurikulum yang berlaku (kurikuler)
2. Menanamkan nilai-nilai untuk berperilaku hidup bersih dan sehat kepada siswa yang dilakukan diluar jam pelajaran biasa (ekstrakurikuler) seperti:
 - Kerja bakti dan lomba kebersihan kelas
 - Aktivitas kader kesehatan sekolah/dokter cilik
 - Pemeriksaan kualitas air secara sederhana
 - Pemeliharaan jamban sekolah
 - Pemeriksaan jentik nyamuk di sekolah
 - Demo/gerakan cuci tangan dan gosok gigi yang baik dan benar • Pembudayaan olahraga yang teratur dan terukur
 - Pemeriksaan rutin kebersihan: kuku, rambut, telinga, gigi
3. Membimbing hidup bersih dan sehat melalui konseling
Kegiatan penyuluhan dan latihan keterampilan dengan melibatkan peran aktif siswa, guru, orang tua, antara lain melalui penyuluhan kelompok, pemutaran kaset radio atau film, penempatan media poster, penyebaran leaflet dan membuat majalah dinding
4. Pemantauan dan evaluasi
 - Melakukan pemantauan dan evaluasi secara periodik tentang kebijakan yang telah dilaksanakan.
 - Minta pendapat pokja berperilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dan lakukan kajian terhadap masalah yang ditemukan
 - Putuskan apakah perlu penyesuaian terhadap kebijakan.

II. MASALAH

Banyaknya jumlah penduduk yang masih bersekolah terutama sekolah dasar, salah satunya SDN 27 Sungai Ambawang, namun akses jalan menuju ke sekolah tersebut dan fasilitas yang dimiliki SDN 27 Sungai Ambawang terbatas terutama untuk menerapkan hidup bersih dan sehat. Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah merupakan kebutuhan mutlak seiring munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-12 tahun). Untuk mengurangi resiko anak sekolah mengalami penyakit maka perlu diberikan pengetahuan dan pemahaman tentang penerapan perilaku hidup bersih sehingga anak sekolah bisa secara mandiri menjaga kesehatannya. Kebiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah diharapkan akan diterapkan juga di keluarga sehingga masyarakat secara keseluruhan akan mengalami peningkatan dalam perilaku hidup bersih dan sehat. Masa sekolah dasar adalah masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai agen of change untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat sehingga tercipta sumber daya manusia yang berkualitas nantinya (Diana, Susanti dan Irfan, 2013).



Gambar 1. Lokasi PKM

III. METODE

Kegiatan dilakukan berupa sosialisasi atau penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang diberikan kepada siswa SDN 27 Sungai Ambawang di Desa Lingga, Kecamatan Sungai Ambawang. Pada prinsipnya kegiatan ini meliputi penyuluhan dan evaluasi mengenai tingkat pengetahuan pelajar tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada siswa SDN 27 Sungai Ambawang di Desa Sungai Kupah.

Evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuisioner untuk menilai tingkat pengetahuan siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada siswa SDN 27 Sungai Ambawang sebelum dan setelah sosialisasi atau penyuluhan.

Teknik pelaksanaan kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat dilakukan sebagai berikut:



Gambar 2. Panduan perilaku hidup bersih dan sehat

Sumber: UPT Dinas Kesehatan dan Bontokasssi Kabupaten Takalar, 2020.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini dilakukan terdiri dari 3 tahapan yaitu:

1. Kegiatan survei lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat di Desa Lingga, Kecamatan Sungai Ambawang, Kabupaten Kubu Raya
2. Perizinan penyelenggaraan kegiatan PKM kepada perangkat Desa Sungai Ambawang dan Kepala Sekolah SDN 27 Sungai Ambawang
3. Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat
4. Evaluasi kegiatan sosialisasi.

Secara rinci, keempat tahapan kegiatan dilakukan sebagai berikut:

1. Kegiatan survei lokasi Pengabdian kepada masyarakat
Kegiatan survei bertujuan untuk menentukan lokasi dan sasaran sekolah dasar yang akan menjadi mitra PKM. Kegiatan ini dilakukan tgl 11 Februari 2021 di Desa Lingga.
2. Perizinan penyelenggaraan kegiatan PKM
Kegiatan perizinan dilakukan dengan menemui Kepala Desa Lingga di Balai Desa. Sekaligus mengundang kepala desa untuk dapat memberikan sambutan serta membuka acara sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat.
3. Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 27 Sungai Ambawang
Kegiatan dilakukan berupa penyampaian materi dan peragaan apa saja yang menjadi perilaku hidup bersih dan sehat untuk diterapkan baik di sekolah maupun di lingkungan rumah. Narasumber yang memberikan materi merupakan dosen Universitas Tanjungpura. Peserta yang terlibat dalam kegiatan ini diantaranya anak-anak SDN 27 Sungai Ambawang dan sebagian dari orangtua siswa yang hadir.
Peserta sejumlah kurang lebih 150 anak-anak dibimbing dan dilatih untuk dapat menerapkan perilaku hidup sehat dan bersih. Selain materi tertulis diajarkan praktek penerapan perilaku hidup sehat dan bersih oleh narasumber. Pelatihan dan anak-anak menerapkan tata cara perilaku hidup sehat dan bersih yang

tepat yaitu mencuci tangan yang benar dengan sabun dan air mengalir, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban yang bersih, berolahraga teratur, membersihkan lingkungan sekolah dan membuang sampah pada tempatnya. Pelatih juga mengajarkan anak-anak untuk mencuci kaki yang bersih, ketika musim penghujan tiba dan anak-anak tidak memakai sepatu kesekolah dikarenakan jalanan yang becek dan berlumpur dan untuk membawa sandal atau sepatu saat dipakai dikelas. Menurut Lina (2016) PHBS di lingkungan sekolah mempunyai delapan indikator, yaitu mencuci tangan menggunakan air mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan fasilitas jamban bersih dan sehat, melaksanakan olahraga secara teratur, memberantas jentik nyamuk di sekolah, tidak merokok di lingkungan sekolah, mengukur berat badan dan tinggi badan, serta membuang sampah pada tempat yang telah disediakan. Kedelapan indikator ini harus dilakukan dengan baik agar tercipta perilaku sehat di lingkungan sekolah.

Hasil dari kegiatan sosialisasi dan pelatihan ini ialah kesepakatan oleh anak-anak SDN 27 Sungai Ambawang untuk menjalankan aturan perilaku hidup sehat dan bersih di kawasan sekolah. Adanya komitmen tersebut didasari pada kesadaran pentingnya menjaga perilaku kesehatan yang telah mereka peroleh dari kegiatan sosialisasi.

4. Evaluasi kegiatan sosialisasi adaptasi kebiasaan baru

Pelatihan diakhiri dengan evaluasi kegiatan yang dilakukan dengan tanya jawab oleh pelatih dan anak-anak SDN 27 Sungai Ambawang terhadap materi yang diberikan terkait perilaku hidup sehat dan bersih, anak-anak juga diminta melakukan peragaan ulang bagaimana cara mencuci tangan dan kaki yang benar dengan sabun dan air mengalir, menggunakan jamban yang bersih, cara berolahraga, cara membersihkan lingkungan sekolah dan membuang sampah pada tempatnya.





Gambar 3. Foto kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 27 Sungai Ambawang

Sejumlah 15 anak-anak menjawab sejumlah pertanyaan dan 5 orang melakukan peragaan ulang bagaimana cara mencuci tangan dan kaki yang benar dengan sabun dan air mengalir, menggunakan jamban yang bersih, cara berolahraga, cara membersihkan lingkungan sekolah dan membuang sampah pada tempatnya. Hasilnya tingkat pemahaman anak-anak terhadap perilaku hidup bersih dan sehat menunjukkan mayoritas anak-anak sangat faham bagaimana konsep perilaku hidup bersih dan sehat dan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Anggraini dan Hasibuan (2020) Proporsi PHBS di Indonesia sebelum pandemi Covid-19 masih sangat kurang kesadaran berdasarkan data Riskesdas 2017 tingkat implementasi PHBS di Indonesia adalah 60,89%, dengan dilaksanakannya sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 27 Sungai Ambawang diharapkan dapat meningkatkan PHBS di Indonesia.

Dampak Kegiatan Pengabdian dan Kesulitan Pelaksanaan

Selama kegiatan PKM berlangsung, anak-anak sangat antusias menyimak dan aktif tanya jawab terhadap materi yang disampaikan oleh narasumber. Hal ini merupakan informasi baru untuk diterapkan pada SDN 27 Sungai Ambawang. Namun sebagian anak-anak masih memerlukan pendampingan teknis penerapan perilaku hidup bersih dan sehat terutama pada anak-anak sekolah dasar kelas 1 dan kelas 2. Hal ini disebabkan karena anak-anak tersebut masih terlalu kecil untuk memahami dan mengingat apa saja perilaku hidup bersih dan sehat hanya dapat meniru orang-orang disekitar. Dalam hal menjaga kesehatan, ada dua faktor utama yang mempengaruhi kesehatan, yaitu faktor perilaku dan faktor non perilaku. B. Bloom mengatakan bahwa perilaku dibagi menjadi tiga bidang yaitu pengetahuan, sikap dan praktik (Notoatmodjo, 2010). Kendala yang dirasakan saat pelaksanaan PKM ini ialah kondisi jalan yang becek dan berlumpur serta cuaca yang selalu hujan yang menyebabkan terhambatnya pelaksanaan kegiatan dan juga terhambatnya pelaksanaan evaluasi kegiatan sehingga pendampingan tidak bisa dilakukan secara berkelanjutan.

V. KESIMPULAN

Kegiatan PKM ini mendapat respon yang baik dari kepala desa, kepala sekolah, guru-guru maupun anak-anak SDN 27 Sungai Ambawang, terbukti dengan keterlibatan diskusi dan tanya jawab secara aktif serta meningkatnya keterampilan dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat selama kegiatan berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. T. dan Hasibuan, R. (2020) "Gambaran promosi phbs dalam mendukung gaya hidup sehat masyarakat Kota Binjai pada masa pandemic covid-19 tahun 2020," *Menara Medika*, 3(1).
- Diana, F. M., Susanti, F. dan Irfan, A. (2013) "Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun," *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 8(1), hal. 46–51.
- Julianti, R., Nasirun, M. dan Wembrayarli, W. (2018) "Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah," *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), hal. 76–82.

-
- Karo, M. B. (2020) “Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) strategi pencegahan penyebaran Virus Covid-19,” in Prosiding seminar nasional hardiknas, hal. 1–4.
- Lina, H. P. (2016) “Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang,” *Jurnal Promkes*, 4(1), hal. 92–103.
- Monograf Desa Lingga. 2017. Kubu Raya.
- Notoatmodjo, S. (2010) “*Ilmu perilaku kesehatan*,” Jakarta: rineka cipta, 200, hal. 26–35.
- Sya’roni RS (2007), *Ilmu Kesehatan Masyarakat*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Proverawati, Atikah. 2012. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Yogyakarta: Nuha Medika.