

## EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SD NEGERI 08 TANJUNG BONAI AUR

Dedi Mardiansyah<sup>1\*</sup>, Elfi Fauzana Akmal<sup>2</sup>, Syifa Chairunnisa<sup>3</sup>, Dedi Kurniawan<sup>4</sup>, Amanda Salsabila<sup>4</sup>, Vyola Maulana<sup>5</sup>, Ummi Hajra Dias<sup>6</sup>

<sup>1</sup> Fisika, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Andalas

<sup>2</sup> Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Andalas

<sup>3</sup> Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Andalas

<sup>4</sup> Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas

<sup>5</sup> Peternakan, Fakultas Peternakan, Universitas Andalas

<sup>6</sup> Agroteknologi, Fakultas Pertanian, Universitas Andalas

*email: dedimardiansyah@sci.unand.ac.id*

**Abstract:** On Tuesday 25 July 2023, The Andalas University Student Team carried out PHBS (Clean and Healthy Living Behavior) education activities at the 08 Tanjung Bonai Aur State Elementary School. The aim of this service activity is to raise students' awareness of the benefits of maintaining health by washing their hands with soap. Before this activity begins, exercise is carried out to maintain fitness. The exercises carried out can increase the joy and enthusiasm of all students. Next, the service team explained to students about the habit of washing their hands properly. All participants are invited to wash their hands properly using soap and rinse them thoroughly. The material is given in a communicative way so that students do not feel bored. After the presentation of the material, the next activity was to practice hand washing together. All students apart from the participants are invited to participate in carrying out proper hand washing based on the rules that have been conveyed. All processes in this series of service have gone well. The teachers and principals fully support this service activity, it is hoped that all participants will be able to implement clean living habits both at school and at home.

**Keywords:** clean; healthy; washing hands

**Abstrak:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang belum diterapkan dalam kehidupan siswa di Sekolah Dasar Negeri 08 Tanjung Bonai Aur, dapat menghasilkan permasalahan kesehatan, seperti masalah diare, cacangan, dan Saluran Pernafasan Akut (ISPA). Tim Mahasiswa Universitas Andalas melaksanakan kegiatan edukasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Tujuan dari kegiatan pengabdian ini adalah menumbuhkan kesadaran siswa terhadap manfaat menjaga Kesehatan dengan mencuci tangan menggunakan sabun. Tim pengabdian melakukan penjelasan kepada siswa mengenai pembiasaan dalam mencuci tangan yang benar. Seluruh peserta diajak untuk mencuci tangan menggunakan sabun dengan benar dan membi-lasnya hingga bersih. Materi diberikan dengan cara komunikatif sehingga siswa merasa tidak bosan. Setelah pemaparan materi, kegiatan selanjutnya melakukan praktek cuci tangan secara bersama. Semua siswa selain pesrta diajak ikut serta malakukan cuci tangan yang benar berdasarkan aturan yang sudah disampaikan. Semua proses dalam rangkaian pengabdian ini telah berjalan dengan baik. Para guru dan Kepala Sekolah mendukung penuh kegiatan pengabdian ini, diharapkan semua peserta akan mampu menerapkan perilaku hidup bersih baik di sekolah maupun di rumah.

**Kata kunci:** bersih; sehat; cuci tangan

## PENDAHULUAN

Menjaga kebersihan diri merupakan cara seseorang untuk menjaga kebersihan dirinya yang berkaitan dengan kebersihan kulit, kuku, mulut, gigi, rambut mata dan telinga. Menjaga kebersihan diri sangat mempengaruhi tingkat kesehatan seseorang serta dapat meningkatkan pencegahan terhadap penyakit (Salim., M, F, et al., 2021).

Ilmu mengenai kebersihan diri merupakan hal yang penting harus dimiliki oleh setiap orang dalam menjalankan perilaku hidup sehat. Kebiasaan dalam menjaga kesehatan akan melahirkan kebahagiaan, kesejahteraan dan kebugaran dalam menjaga kesehatan diri (Susi-anti et al., 2021). Sekolah menjadi tempat yang umum digunakan setiap individu dalam mendapatkan pendidikan. Sekolah tidak hanya memberikan pelayanan berupa pendidikan secara umum, tetapi sekolah juga memberikan pengajaran mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Setiap tingkatan sekolah pada anak memiliki perbedaan perilaku yang berbeda. Prasekolah, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, dan sekolah menengah atas memiliki perilaku anak yang berbeda dengan dewasa. Pada masa ini didapatkan banyak permasalahan kesehatan yang bisa menentukan kualitas Kesehatan anak saat dewasa dan tua. Permasalahan Kesehatan pada anak umumnya meliputi kesehatan umum, gangguan pertumbuhan dan perkembangan, serta gangguan dalam proses belajar (Anggraeni et al, (2023).

Kesehatan juga dapat menunjang capaian prestasi pada siswa di sekolah. Jika diamati para siswa sekolah dasar, gangguan kesehatan yang sering didapatkan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang belum diterapkan

dalam kehidupannya, hal tersebut dapat menghasilkan permasalahan kesehatan, seperti masalah diare, cacangan, dan Saluran Pernafasan Akut (ISPA) (Soenandi, I. A., 2023).

Departemen Kesehatan menyampaikan data sekitar 1000 masyarakat terdapat 300 orang yang terjangkit penyakit diare. Berdasarkan beberapa tahun terakhir, Badan Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan di Indonesia setiap tahun terdapat 100.000 anak meninggal akibat diare. Pertumbuhan dan perkembangan anak terus berlanjut mulai dari anak di dalam kandungan, usia 2 tahun, dan bahkan masih berlanjut hingga anak mencapai masa puncak dari pertumbuhan dan perkembangannya (Febrianti, H., et al. (2022).

Dengan melihat permasalahan yang ada dan untuk menciptakan generasi yang hebat kedepannya, kami melakukan penyuluhan ke SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, khususnya berkaitan dengan mencuci tangan menggunakan sabun baik di sekolah maupun di rumah. Peserta dalam kegiatan pengabdian ini adalah siswa mulai dari kelas 1 sampai kelas 6 SD. Kegiatan ini bertujuan agar seluruh siswa dapat memahami mengenai perilaku hidup bersih dan sehat serta mengerti pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih.

## METODE

Metode yang digunakan dalam penyuluhan Program Hidup Bersih dan Sehat menggunakan metode ceramah dan demonstrasi. Metode yang digunakan dalam penyuluhan Program Hidup Bersih dan Sehat menggunakan metode ceramah, demonstrasi dan evaluasi yang memungkinkan siswa untuk belajar

secara interaktif dan langsung mengaplikasikan keterampilan yang telah dipelajari. Kegiatan ini dilaksanakan di SDN 08 Tanjung Bonai Aur pada tanggal 25 Juli 2023. Kegiatan dimulai pada pukul 08.00 WIB yang bertempat di Lapangan SDN 08 Tanjung Bonai Aur. Berikut adalah rincian metode pelaksanaan yang digunakan.

### **Ceramah singkat**

Mahasiswa/i dari jurusan kesehatan seperti pendidikan dokter, Ilmu Keperawatan, dan Gizi memberikan materi mengenai manfaat mencuci tangan, serta 6 tahapan cara mencuci tangan menggunakan sabun.

### **Demonstrasi langsung**

Mahasiswa/i dari jurusan kesehatan seperti pendidikan dokter, Ilmu Keperawatan, dan Gizi mempraktekkan dan mencontohkan langsung kepada anak-anak SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur dan diiringi dengan lagu mencuci 6 langkah yang baik dan benar menurut World Health Organization/ Badan Kesehatan Dunia. Pada sosialisasi PHBS ini mahasiswa/i dari jurusan kesehatan juga melakukan sesi kuis berhadiah. Hal memiliki tujuan untuk mengetahui pengetahuan dari siswa-siswi SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur sejauh mana kesadaran mereka tentang kesehatan terutama mencuci tangan.

### **Evaluasi**

Pada metode ini diakhiri dengan pemberian hadiah kepada siswa-siswi yang dapat memberikan contoh cara mencuci tangan yang baik dan benar. Setelah melihat dan mempraktekkan apa yang sudah disampaikan.

## **PEMBAHASAN**

Kegiatan ini dilaksanakan diawali dengan senam sehat dan dilanjutkan dengan pemberian materi cara mencuci tangan dengan benar. Setelah itu dilakukan demonstrasi cuci tangan menggunakan sabun, yang langsung dipraktekkan oleh anak SD. Setelah kegiatan selesai, mahasiswa KKN mengadakan kuis berhadiah untuk mengevaluasi kembali pengetahuan siswa siswi tentang cuci tangan. Dilanjut dengan sosialisasi memberikan penjelasan tentang pentingnya hidup sehat, cara mencuci tangan yang baik, serta penyakit yang berkaitan dengan kebersihan. Dilanjutkan dengan diskusi bersama siswa dan siswi untuk memperkuat pemahaman.



Gambar 3. Persiapan Senam

Mahasiswa/i dari jurusan kesehatan seperti pendidikan dokter, Ilmu Keperawatan, dan gizi mempraktekkan dan mencontohkan langsung kepada anak-anak SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur dan diiringi dengan lagu mencuci 6 langkah dengan benar menurut Badan Kesehatan Dunia (World Health Organization).

Pada sosialisasi PHBS ini mahasiswa/i dari jurusan kesehatan juga

melakukan sesi kuis berhadiah. Hal ini dilakukan untuk mengetahui pengetahuan para siswa-siswi SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur sejauh mana kesadaran mereka tentang kesehatan terutama mencuci tangan. Pada metode ini diakhiri dengan pemberian hadiah kepada siswa-siswi yang bisa memberi contoh mengenai cara mencuci tangan dengan benar berdasarkan materi yang sudah disampaikan.



Gambar 4. Pelaksanaan sosialisasi

Analisa pelaksanaan kegiatan ditinjau dari sisi masalah, tantangan, dan alternatif solusi. Berikut ini merupakan analisa pelaksanaan kegiatan Edukasi Strategi Cerdas Pemilih Pemula dan Praktik Pemilihan Umum Dalam Menghadapi Pemilihan Umum Serentak Tahun 2024 di SMA Negeri 8 Sijunjung.



Gambar 5. Penyerahan hadiah

### 1. Masalah

Selama pelaksanaan kegiatan tidak ditemukan masalah yang serius. Pelaksanaan kegiatan mendapatkan antusias yang tinggi dan *feedback* positif dari siswa-siswi SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur

### 2. Tantangan

Selama pelaksanaan kegiatan tantangan yang ditemukan di lapangan adalah susahnya mengatur siswa-siswi untuk tertib, dikarenakan kegiatan dilakukan di luar ruangan.

### 3. Alternatif Solusi

Untuk menertibkan siswa siswi diperlukan peran dari mahasiswa kkn untuk lebih memperhatikan dan mengatur siswa siswi tersebut untuk tertib.



Gambar 6. Berfoto bersama

Setelah pemberian sosialisasi, tahapan akhir dari kegiatan PKM ini adalah melakukan evaluasi.

1. Pernah mengikuti kegiatan seperti ini (35 %).
2. Kegiatan ini bermanfaat (88 %).
3. Siswa-siswi memahami perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) (85 %).
4. Siswa-Siswi memahami cara mencuci tangan dengan benar (85%).

5. Siswa-Siswi kedepannya akan selalu mempraktekkan cara mencuci tangan dengan benar (90 %).

## SIMPULAN

Kegiatan edukasi ini telah berhasil dilaksanakan dan mendapatkan antusias yang sangat tinggi dari siswa-siswi SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur. Dari kegiatan yang dilakukan tersebut juga mendapatkan *feedback* positif dari siswa-siswi SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur. Dari beberapa rangkaian pendekatan yang dilakukan dapat dilihat bahwa anak SD khususnya di SD Negeri 08 Tanjung Bonai Aur lebih tertarik dan penasaran jika penyuluhan dan sosialisasi yang dilakukan dengan cara yang menarik seperti diiringi lagu dan diberikan apresiasi seperti memberikan hadiah ketika dapat menjawab pertanyaan atau berani untuk maju ke depan. Untuk pelaksanaan PHBS sebaiknya tidak hanya edukasi cuci tangan, namun dapat dilengkapi dengan edukasi kesehatan lingkungan, gizi seimbang, pengelolaan sampah dan lainnya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada UPT Pembelajaran Diluar Kampus Universitas Andalas, LPPM Universitas Andalas dan Pemerintahan Nagari Tanjung Bonai Aur.

## DAFTAR PUSTAKA

Anggraeni, R., Feisha, A. L., Muflihah, T., Muthmainnah, F., Syaifuddin, M. A. R., Aulyah, W. S. N., Pratiwi, I. R., Sultan, S. H., Wahyu, A., Muhammad Rachmat, M., (2022), Edukasi

perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan pengetahuan murid sekolah dasar, 2 (1), 65-75, *promotif: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, <http://journal2.um.ac.id/index.php/promoti>.

Febriawati, H., Angraini, W., Oktarianita, O., Rizal, A. F., (2022), Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SMP Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6 (4), 1412-1426, doi:<https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.8947>.

Salim, M. F., Syairaji, M., Santoso, D, B., Pramono, A. E., Askar, N. F., (2021), Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo, *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat*, 19-24, 4 (1).

Suprpto, S. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Era Pandemi COVID-19. *Abdimas Singkerru*, 1(1), 1-7.

Susianti, Rudiyanto, W., Windarti, I., Zuraida, R., (2021), Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Rumah Tangga di Desa Kalisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Ruwa Jurai*, 6 (1), 1-5. <https://doi.org/10.23960/jpm611-5>.

Soenandi, I. A., Angin, P. P., Silalahi, M., Mokorowu, Y. Y., Ginting, M., (2023), Pemulihan Kesehatan Dan Fasilitas Pendidikan Pasca Gempa Cianjur Di Wilayah Cugenang., *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6 (3), 376 -

385, <https://doi.org/10.33330/jurdimas.v6i3.2274>.  
Zukmadini, A. Y., Karyadi, B., & Kasrina, K. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

(PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 Kepada Anak-Anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1).