

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sejak Dini dan Pemberian Fasilitas Kebersihan di SD Negeri 1 Bangeran

Erlinda Ningsih¹, Dian Yanuarita Purwaningsih², Kartika Udyani³,
Agus Budianto⁴, Daril Ridho Zuchrilah⁵

^{1,2,3,4,5}Teknik Kimia, Institut Teknologi Adhi Tama Surabaya

¹erlindaningsih84@gmail.com, ²dianyanuarita@gmail.com, ³raiya1904@gmail.com,
⁴budichemical@itats.ac.id, ⁵daril.ridho@gmail.com

ABSTRACT

Health is an important factor for the survival of a person, with healthy conditions a person can live productively. To maintain health, high awareness is needed to carry out a healthy lifestyle. Bangeran Village has a general public health problem when it rains and occurs in surrounding children, due to a less clean environment. The purpose of this activity is to provide knowledge about clean living behavior and provide facilities to support clean living and increase awareness of the clean behavior of citizens. One of the preventive attitudes towards health problems is to provide guidance as early as possible to children. A simple introduction to clean life such as procedures for washing hands properly, washing hands before eating practices washing hands with laundry soap, and disposing of garbage in its place. The counseling of children can decrease the vulnerability of health problems, high enthusiasm for learning, awareness of clean living behavior increases and a clean environment with the support of the facilities provided.

Keywords: Facilities, Bangeran, Health, Clean

ABSTRAK

Kesehatan merupakan faktor penting bagi keberlangsungan hidup seseorang. Dengan kondisi yang sehat, seseorang dapat hidup produktif. Untuk menjaga kesehatan, diperlukan sebuah kesadaran yang tinggi untuk melakukan perilaku hidup sehat. Desa Bangeran memiliki permasalahan kesehatan masyarakat umumnya ketika hujan dan terjadi pada anak-anak sekitar, akibat lingkungan yang kurang bersih. Tujuan dari kegiatan ini adalah memberikan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan memberikan fasilitas untuk mendukung hidup bersih serta meningkatkan kesadaran perilaku hidup bersih warga. Salah satu sikap preventif terhadap masalah kesehatan adalah dengan memberikan pengarahan sedini mungkin terhadap anak-anak. Pengenalan sederhana hidup bersih seperti tata cara mencuci tangan yang benar, mencuci tangan sebelum makan, praktik mencuci tangan dengan sabun cuci, dan membuang sampah pada tempatnya. Adanya penyuluhan terhadap anak-anak dapat menurunkan rentannya permasalahan kesehatan, meninggikan semangat belajar, meningkatkan kesadaran perilaku hidup bersih serta lingkungan yang bersih dengan dukungan fasilitas yang disediakan.

Kata kunci: Fasilitas, Bangeran, Kesehatan, Bersih

1. PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kondisi yang sangat penting dan perlu diperhatikan. Perilaku sehat akan meningkatkan produktivitas seseorang. Berdasarkan UU Kesehatan RI No. 36 tahun 2009 pengertian dari kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, dan spiritual maupun sosial sehingga dapat produktif secara ekonomi dan sosial (Andriansyah & Rahmantari, 2013). Kesehatan sangat dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dan juga perilaku sehari-hari. Perilaku hidup sehat, biasanya dapat dimulai sejak di lingkungan keluarga dan atas kesadaran yang tinggi. Sehingga, kesadaran dari lingkup kecil dapat berpengaruh terhadap lingkup yang besar.

Umumnya, di masyarakat, pemahaman tentang perilaku hidup bersih masih rendah karena kurangnya informasi akan pentingnya perilaku hidup bersih dan minimnya fasilitas yang mendukung (Hadiyanto, 2016). Pengenalan dini tentang bagaimana perilaku hidup bersih sangat dibutuhkan sehingga anak-anak menjadi terbiasa melakukannya. Anak merupakan aset yang sangat berharga dan generasi penerus bangsa. Di lingkungan sekolah, anak-anak sangat rentan terhadap

kesehatan masyarakat, sehingga perlu diarahkan agar mereka dapat bersikap mencegah (Adriansyah, 2017).

Anak-anak merupakan aset masa depan yang harus diperhatikan. Ketika di sekolah, anak-anak tidak bisa mengontrol perilaku mereka. Mereka makan dan bermain tanpa ada pengawasan. Dengan demikian, sangat rentan mereka bermasalah dalam hal kesehatan misalnya Diare. Data di lapangan anak-anak yang perilaku anak yang menerapkan cuci tangan yang benar masih sangat rendah yaitu sekitar 47% pada tahun 2013 (Wijayanti, Nuraini, & Restuti, 2016). Adanya penyuluhan dan kegiatan perilaku hidup bersih dan sehat yang diterapkan di sekolah diharapkan dapat mengurangi masalah kesehatan (Hermawan & Ikhsan, 2013). Perwujudan perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah terwujud atas dasar kesadaran dan ketersediaan fasilitas oleh pihak sekolah, baik sarana maupun prasarana. Salah satu program yang banyak dijalankan di berbagai sekolah adalah UKS (Aswadi, Syahrir, Delastara, & Surahmawati, 2017).

Desa Bangeran merupakan salah satu desa yang berada di Kecamatan Dawarblandong, Kabupaten Mojokerto, Provinsi Jawa Timur. Mayoritas penduduk Desa Bangeran bermata pencarian petani dan peternak, khususnya sapi. Taraf pendidikan berbanding lurus dengan perilaku dan juga pengetahuan. Mayoritas penduduk di Desa Bangeran merupakan lulusan Sekolah Menengah Atas. Sehingga, kesadaran terhadap perilaku hidup bersih, baik di lingkungan lingkup kecil dan besar masih kurang. Berdasarkan survei yang dilakukan ketika musim penghujan datang, di Desa Bangeran ini sering timbul berbagai macam penyakit seperti diare, penyakit kulit, dan penyakit jenis lainnya. Hal ini disebabkan penumpukan kotoran peternak sapi setiap rumah yang dihinggapi lalat yang akan membawa kotoran tersebut ke makanan dan masih rendahnya perilaku hidup sehat.

Salah satu sikap pencegahan yang perlu dilakukan adalah dengan memperkenalkan tentang perilaku hidup bersih secara dini kepada anak-anak sekolah dasar dengan harapan dapat diterapkan di rumah masing-masing. Anak-anak sangat rentan bermasalah dengan kesehatan selain karena makanan di sekolah yang tidak bersih juga didukung dengan perilaku mereka yang tidak bersih. Kegiatan pengabdian dilakukan melalui pemberian arahan perilaku hidup sehat yang diberikan kepada SD Negeri 1 Bangeran pada kelas 3 dan 4 serta memberikan fasilitas kebersihan yaitu tempat sampah untuk mendukung perilaku hidup sehat di masyarakat Desa Bangeran. Sehingga, hal tersebut dapat meningkatkan pola hidup bersih dan mengurangi permasalahan kesehatan ketika hujan di Desa Bangeran.

2. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian ini dilakukan dalam beberapa tahap, yaitu:

- a. *observasi awal*: Kegiatan ini dilakukan sebelum pengabdian berlangsung. Tujuan tahap ini untuk pengambilan data secara umum sehingga sesuai dengan yang diharapkan;
- b. *pemberian arahan kepada anak-anak SD*: Pemaparan materi terhadap anak-anak SD disesuaikan dengan gaya bahasa dan menyenangkan sehingga materi dapat ditangkap dengan baik;
- c. *praktik cuci tangan*: Mencuci tangan yang baik dan benar untuk mencengah bakteri dan kuman yang terdapat di tangan; dan
- d. *pemberian sarana dalam kegiatan perilaku hidup bersih di lingkungan Desa Bangeran*: Untuk mendukung peningkatan taraf kesehatan yang baik perlu didukung sarana sehingga dapat mendorong warga masyarakat untuk berperilaku hidup sehat.

Khalayak sasaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini akan mengikutsertakan anak-anak SD Negeri 1 Bangeran kelas 3 dan 4. Harapannya, anak-anak ini memahami dan mempraktikkan pola hidup bersih yang sederhana sehingga dapat meningkatkan kesadaran mereka akan pentingnya hidup sehat agar terhindar dari permasalahan kesehatan. Selain anak-anak, kegiatan ini juga membidik warga Desa Bangeran untuk berperilaku hidup sehat dengan memberikan fasilitas kebersihan yaitu tempat sampah di tempat-tempat strategis sehingga dapat mengurangi permasalahan kesehatan yang timbul ketika musim hujan datang.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil Kegiatan Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan ini bertempat di kelas 3 dan 4 SD Negeri 1 Bangeran dan Desa Bangeran Kecamatan Dawarblandong, Kabupaten Mojokerto, Provinsi Jawa Timur. Pelaksanaan kegiatan ini berlangsung selama 3 bulan, diawali dengan observasi awal hingga pelaksanaan kegiatan.

Observasi awal

Observasi awal dilakukan di dua titik, yaitu sekolah SD Negeri Bangeran dan lingkungan sekitar sekolah yaitu Desa Bangeran. Adanya peninjauan awal dapat membantu pelaksanaan kegiatan ini dengan harapan inti permasalahan yang terdapat di lapangan dapat terbaca. Sehingga, solusi yang ditawarkan dapat tepat sasaran. Selain itu, observasi awal dapat lebih mudah untuk mengurangi kesalahan dalam penawaran solusi. Pada kegiatan observasi awal, dilakukan langsung di SD Negeri 1 Bangeran dengan melihat langsung kondisi lingkungan dan mengamati perilaku siswa selama istirahat. Dengan adanya data pengamatan dari tim, yaitu bermain sambil makan, mengonsumsi makanan tidak sehat, serta minum es maka dilakukan koordinasi dengan pihak sekolah dan ditawarkan solusi berdasarkan data tersebut. Setelah ada kesepakatan, tim pengabdian merancang kegiatan. Solusi yang ditawarkan adalah memberikan penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta praktik cuci tangan yang benar. Konsep acara yang ditawarkan sederhana agar anak-anak mudah memahami. Di samping itu, pengamatan terhadap lingkungan desa sekitar juga dilakukan dengan permasalahan yaitu kurangnya kesadaran untuk hidup bersih. Solusi yang ditawarkan adalah memberikan fasilitas kebersihan seperti tong sampah agar pembuangan sampah atau tumpukan sampah tidak dibakar.

Pemberian Arahan Terhadap Anak-Anak SD

Funny, video, sederhana, dan cerita, empat cara yang dilakukan untuk menyampaikan bagaimana berperilaku hidup bersih. Proses penyampaian yang menyenangkan dan menarik dapat merangsang anak-anak agar mudah memahami apa yang dipaparkan. Dokumentasinya dapat dilihat pada Gambar 1. Adanya visualisasi juga mempermudah mereka mempraktikkan cara hidup bersih, contoh hidup bersih, dan pencucian tangan yang benar. Banyak hal baru dan antusiasme tinggi selama mereka mengikuti kegiatan ini. Pemberian arahan menambah pengetahuan mereka tentang bagaimana hidup bersih dan sehat serta banyak hal baru yang membuat munculnya pertanyaan. Wawasan anak-anak bertambah tentang:

1. *cara hidup bersih dan sehat*: Diberikan penjelasan tentang mencuci tangan sebelum makan, tidak memakan makanan yang dihindangi lalat atau disimpan di ruang terbuka, mencuci tangan yang bersih setelah BAB, dan membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, diadakan pula pemeriksaan kesehatan;
2. *mencuci tangan yang benar*: Anak-anak harus tahu langkah-langkahnya dan tidak hanya sekedar mencuci tangan dengan air. Ada langkah-langkah mencuci tangan yang harus jadi pembiasaan. Pentingnya mencuci tangan dan dampak dari tidak mencuci tangan juga dijelaskan;
3. *jajanan sehat*: Anak-anak –penting– sejak dini dikenalkan dengan pewarna makanan yang berbahaya dan cara penyimpanannya;
4. *manfaat hidup bersih*: Dapat terhindar dari masalah kesehatan, rajin masuk sekolah, dan dapat meningkatnya prestasi di sekolah; serta
5. *akibat yang akan terjadi jika perilaku ini tidak dilakukan*: hal berkebalikan dengan manfaat yang didapatkan dari perilaku hidup bersih.

Harapannya, mereka dapat melakukannya di rumah dan menyampaikannya ke orang di rumah. Sesi pengarahan ini menjadi lebih menarik dan antusias dengan adanya *reward* bagi anak-anak yang mau bertanya dan menjawab pertanyaan dari kakak-kakak pendamping. Lingkungan di rumah juga berpengaruh dalam menerapkan perilaku hidup bersih ini. Di Desa Bangeran, kesadaran untuk

hidup bersih masih rendah. Anak-anak tidak hanya didukung di lingkungan sekolah tetapi juga harus didukung oleh lingkungan tempat mereka tinggal.



Gambar 1. Suasana Pengarahan Hidup Bersih

Praktik Cuci Tangan

Untuk memberikan kesan yang mengena tentang cara mencuci tangan yang benar, mereka mempraktikkannya secara langsung. Meskipun langkah mencuci tangan cukup banyak, namun mereka bisa mempraktikkannya dengan baik. Agar terbiasa melakukan cuci tangan, mereka harus secara rutin melakukannya di rumah. Dokumentasi kegiatan praktik cuci tangan ini dapat dilihat pada Gambar 2. Adanya praktik langsung ini, membuat mereka mudah melakukan yang benar. Sehingga, diharapkan langkah cuci tangan yang benar ini dapat dibiasakan di rumah masing-masing dan juga dapat memberitahukan kepada anggota rumah mereka.

Berdasarkan World Health Organization (WHO), langkah-langkah mencuci tangan yang diperagakan dan dipraktikkan oleh anak-anak adalah sebagai berikut.

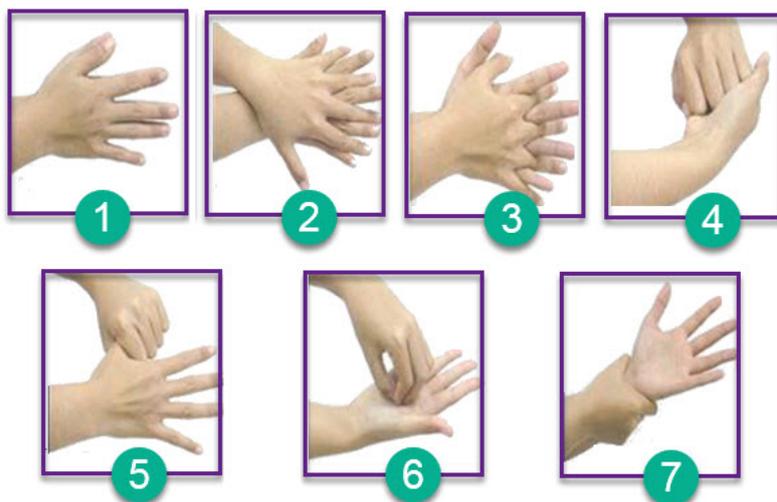
1. Kedua telapak tangan dibasahi hingga pertengahan lengan dengan memakai air yang mengalir dan diberi sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan sampai rata.
2. Kedua punggung tangan diusap dan digosok secara bergantian secara lembut.
3. Sela-sela jari digosok hingga bersih secara bergantian (kanan-kiri).
4. Ujung jari dibersihkan secara bergantian dengan mengatupkan.
5. Kedua ibu jari secara bergantian digosok dan diputar.
6. Ujung jari ditakkan ke telapak tangan kemudian gosok perlahan dan bergantian.
7. Kedua pergelangan tangan dibersihkan secara bergantian dengan cara memutar. Langkah terakhir, seluruh bagian tangan dibilas dengan bersih dengan air yang mengalir lalu keringkan memakai handuk atau tisu.

Visualisasi dari cara mencuci tangan ini dapat dilihat pada Gambar 3.

Teknik mencuci tangan ini dapat membunuh bakteri dengan penggunaan sabun cuci tangan. Untuk mempermudah anak-anak untuk mengingat, diberikan poster langkah-langkah mencuci tangan ini. Sehingga mereka dapat menerapkannya setiap hari dan dapat mengurangi masalah kesehatan yang biasa mereka alami. Dengan adanya sistem yang baik di sekolah untuk mendukung keberlanjutan, perilaku ini sangat penting dibentuk. Hal ini dapat dijadikan wadah untuk mengidentifikasi, mengelola, dan mengevaluasi perilaku hidup sehat anak-anak di sekolah.



Gambar 2. Praktik Mencuci Tangan



Gambar 3. Langkah-Langkah Mencuci Tangan yang Benar

Pemberian Sarana dalam Kegiatan Perilaku Hidup Bersih

Mayoritas warga Bangeran adalah peternak sapi. Hampir setiap hari, warga sekitar berinteraksi dengan kotoran sapi. Untuk menjaga kesehatan sapi, kandang harus dibersihkan. Dengan kesibukan ini, kepedulian terhadap kebersihan lingkungan cenderung rendah. Hal ini disebabkan karena berternak sapi merupakan bisnis atau penghasilan yang menjanjikan (mata pencaharian), sehingga tidak ada waktu untuk kebersihan lingkungan.

Permasalahan yang sangat mengganggu adalah ketika musim penghujan datang. Masalah yang muncul yaitu menumpuknya dan mencairnya kotoran sapi sehingga tidak dapat dimanfaatkan untuk pupuk. Kotoran ini menimbulkan bau dan mudah sekali dihirup lalat. Kondisi ini berpotensi besar menimbulkan permasalahan kesehatan bagi warga sekitar. Namun, kondisi ini bagi warga sekitar dianggap lumrah dan wajar.

Lingkungan yang bersih akan memberikan pengaruh yang besar terhadap masyarakat sekitar. Salah satu faktor untuk memicu peningkatan kesadaran masyarakat Bangeran untuk berperilaku hidup bersih yaitu sarana yang tersedia. Sarana tersebut diberikan kepada warga dan diletakkan di tempat-tempat strategis agar dapat meng-cover semua warga. Sehingga, semangat untuk menjaga lingkungan dan kenyamanan lingkungan yang bersih dapat dirasakan semua warga.

Untuk meningkatkan ketertarikan warga dalam berperilaku hidup bersih dan sehat, fasilitas kebersihan yang diberikan dibuat menarik dan indah dengan dihias dan diberi warna-warna yang mencolok. Dokumentasi kegiatan ini dapat dilihat pada Gambar 4.



Gambar 4. Pemberian Fasilitas Kebersihan yang Dihiasi dengan Warna yang Mencolok

3.2 Evaluasi Kegiatan

Untuk meningkatkan program kegiatan pengabdian masyarakat, perlu dilakukan evaluasi atas apa yang sudah dilaksanakan. Pengabdian ini telah melakukan dua kegiatan yang sangat berkaitan satu sama lain. Secara garis besar, kegiatan pengabdian ini, sejak survei awal hingga pelaksanaan, dapat dinyatakan cukup baik. Peserta kegiatan ini berjumlah banyak dan mendapatkan respon yang baik. Namun, solusi yang ditawarkan untuk pemasalahan ini masih perlu ditingkatkan dengan adanya wadah atau sistem yang mengelola. Di samping itu, keterlibatan warga untuk aktif berpartisipasi dalam menjaga lingkungan perlu ditingkatkan. Keterlibatan pihak-pihak berwenang seperti RT/RW, Kelurahan, dan Kecamatan juga diperlukan. Sehingga, peluang timbulnya permasalahan kesehatan tidak akan timbul, khususnya di musim penghujan. Kegiatan ini perlu dilakukan secara berkelanjutan dengan melibatkan semua warga guna mengatasi permasalahan lingkungan.

3.3 Kegiatan Tambahan



Gambar 5. Kerja Bakti

4. KESIMPULAN

Berdasarkan dua kegiatan yang telah dilakukan di SD Negeri 1 Bangeran dan Desa Bangeran, dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Peserta penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat diikuti oleh anak kelas 3 dan 4 SD Negeri 1 Bangeran.
2. Sebagaimana besar anak sangat menikmati penyuluhan ini, hal ini ditunjukkan dengan banyaknya peserta yang bertanya.
3. Anak kelas 3 dan 4 mampu mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik dan benar.
4. Antusiasme warga masyarakat Desa Bangeran untuk menjaga lingkungan bersih juga membaik.
5. Fasilitas kebersihan diberikan dan diletakkan di tempat yang strategis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada Kepala Desa Dawarblandong dan juga Kepala Sekolah SD Negeri 1 Bangeran atas kerja samanya. Kegiatan pengabdian ini dilakukan guna menjadi salah satu wadah untuk dapat memberikan solusi permasalahan di masyarakat. Kerjasama yang baik dari sekolah dan pihak warga menjadi sebuah kehormatan bagi tim pengabdian sehingga acara ini berjalan dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriansyah, A. A., & Firdausi, N. J. (2018). Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Di Sekolah Dasar Negeri (Sdn) Lengkong 1, Desa Lengkong, Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *Community Development Journal*, 1(2).
- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. (2013). Penyuluhan dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) dalam Mewujudkan Masyarakat Desa Peduli Sehat. *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, 2(1), 45–50.
- Aswadi, A., Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati, S. (2017). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa-siswi SDK Rita pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-sihah: The Public Health Science Journal*, 9(2).
- Hadiyanto, H. (2016). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Keluarga di Posdaya Al-Fadillah. *Surya (Jurnal Seri Pengabdian kepada Masyarakat)*, 2(1), 89–100.
- Hermawan, Y., & Ikhsan, K. N. (2013). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan Lingkungan Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Pelaksanaan Kesehatan Lingkungan SMP Negeri Tambaksari Kecamatan Tambaksari Kabupaten Ciamis. *Bumi Lestari Journal of Environment*, 13(1).
- Wijayanti, R. A., Nuraini, N., & Restuti, A. N. S. (2016). *Pemberian Sarana Penunjang Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMP Islam Mahfilud Duror Jelbuk*. Dipresentasikan pada Seminar Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Dana BOPTN Tahun 2016.

- Halaman ini sengaja dikosongkan -