

Cerita Hidup Bersih: Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang Menyenangkan untuk Anak PAUD Al-Gufran Bersama Mahasiswa KKN Waihaong Angkatan L

Taufan Talib¹, Diah Faradila Samsuri^{*2}, Megawati Putri wulandari³, Gita Febriani Pakay⁴, Kezia Ramona Lattan⁵, Aprilia Day⁶, Zaenab Boinauw⁷, Albertina Narahubun⁸, Musri Rumburu⁹, Filda Koedoeboen¹⁰, Emiliana Robiwala¹¹, Welmi Solissa¹², Maimuna Keliangin³
Universitas Pattimura
**e-mail:* farahdolis141@gmail.com

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat memiliki peran sentral dalam membentuk fondasi kesehatan anak usia dini (PAUD) oleh karena itu kami merasa bahwa pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk anak usia dini perlu di edukasikan dalam kehidupan sehari-hari. Untuk itu dalam pengabdian masyarakat ini kami mahasiswa KKN melakukan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di salah satu Paud yang ada di kelurahan Waihaong Ambon, Paud Al-Gufran. Dalam pelaksanaan sosialisasi ini kami menggunakan metode menyenangkan dengan teknik mendongeng dan bernyanyi. Penerapan metode pada pelaksanaan sosialisasi ini adalah penyampaian materi dengan membawakan cerita dongeng yang berjudul "Pentingnya Mencuci Tangan" dan mengajarkan langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar dengan panduan lagu. Hasil dari kegiatan yang di lakukan untuk membentuk fondasi pengetahuan siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, dan mereka juga sudah dapat melakukan 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO.

Kata kunci: PHBS, Sosialisasi, Anak usia dini

Abstract

Clean and healthy living behavior has a central role in shaping the foundation of early childhood health (PAUD), therefore we feel that knowledge about clean and healthy living behavior (PHBS) for early childhood needs to be educated in everyday life. For this reason, in this community service, we KKN students conducted a socialization of clean and healthy living behavior in one of the pre-schools in the Waihaong Ambon village, Paud Al-Gufran. In the implementation of this socialization we used fun methods with storytelling and singing techniques. The application of the method in the implementation of this socialization is the delivery of material by presenting a dongen story entitled "The Importance of Washing Hands" and teaching the steps of washing hands properly and correctly with song guidance. The results of the activities carried out to form the foundation of students' knowledge about clean and healthy living behavior in the school environment, and they have also been able to do 6 steps of good and correct hand washing according to WHO.

Keywords: PHBS, Socialization, Early Childhood

1. PENDAHULUAN

Anak usia dini merupakan generasi penerus bangsa Indonesia dimana kesehatan mereka merupakan hal yang harus di perhatikan dengan serius. Namun, dengan kondisi pemahaman anak usia dini mengenai pentingnya pengetahuan hidup bersih dan sehat sangat minim dikarenakan tidak adanya dukungan edukasi dari lingkungan sekitar. Menurut Wulandari (2014) menyatakan bahwa “pendidikan perilaku hidup bersih dan sehat sangat strategis ditanamkan pada usia dini mengingat masa ini merupakan pondasi untuk pembentukan perilaku dan lebih mungkin menjamin tercapainya masyarakat yang sehat dengan perilaku hidup bersih sehat yang baik ketika mereka dewasa kelak”. Maka dari itu, sosialisasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menjadi sebuah solusi yang di jalankan dan di terapkan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan mendalam tentang pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Melansir dari situs resmi Kemenkes RI (2016) menyatakan bahwa “Tatanan PHBS melibatkan beberapa elemen yang merupakan bagian dari tempat beraktivitas dalam kehidupan sehari-hari, salah satunya ialah tatanan PHBS di sekolah”

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga setiap orang dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan – kegiatan kesehatan di masyarakat (Fitriani & Agustin, 2019). PHBS menekankan pada berbagai praktik, seperti mencuci tangan secara teratur, menjaga kebersihan lingkungan, menjaga pola makan sehat, menjaga kebersihan diri, menyediakan air bersih, kebersihan yang baik, dan mendorong gaya hidup aktif dan bergerak (Kemosos RI, 2020). Kemudian Kemensos juga menambahkan bahwa PHBS merupakan perilaku yang harus dipraktikkan secara terus menerus agar menjadi suatu pola kebiasaan. Namun peneran perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini (PAUD) belum merata pada sekolah PAUD di kelurahan Waihaong.

Untuk itu dalam pengabdian masyarakat ini kami melakukan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di salah satu Paud yang ada di kelurahan Waihaong yaitu Paud Al-Gufran Nusaniwe, Ambon. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau PHBS merupakan upaya penguatan budaya individu, kelompok atau masyarakat yang peduli dan mengutamakan kesehatan guna menciptakan kualitas hidup bersih dan sehat. Pembiasaan hidup bersih dan sehat sangat penting untuk semua usia mulai dari neonatus hingga lansia. Semakin dini pembiasaan hidup sehat dilakukan, semakin tinggi pula derajat kesehatan masyarakat karena upaya preventif tersebut (Rofiki & Famuji, 2020)

Menciptakan hidup bersih dan sehat sangat mudah apabila melakukan hal tersebut dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, misalnya mencuci tangan sebelum makan (Wicaksono, 2020). PHBS dapat dilakukan di berbagai tatanan mulai dari rumah tangga, di sekolah, di tempat kerja, di tempat umum, dan di institusi kesehatan. Aziz, Aseptianova, Nawawi, Yuliani, (2019) setuju bahwa mencuci tangan pakai sabun adalah hal kecil namun berdampak besar bagi kesehatan manusia. Kami memilih melakukan sosialisasi PHBS di tatanan sekolah PAUD dan memilih sasaran siswa Pra-sekolah karena kami menyadari bahwa dengan usia mereka yang masih tergolong sangat muda, tentunya mereka belum memahami betul bagaimana pola hidup bersih dan sehat di sekolah dengan baik dan benar terlebih lagi dengan kondisi beberapa tahun terakhir mereka belajar di rumah. Kami berharap dengan kegiatan sosialisasi ini siswa-siswi tersebut dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sebagai perilaku rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kumauan dan kemampuan masyarakat terutama bagi anak usia dini dalam proses pertumbuhan karena hal ini dapat membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ini meliputi cuci tangan, menjaga kebersihan diri, pola makan sehat, dan kebersihan lingkungan selain itu kebiasaan PHBS sejak dini juga memahami kesadaran dan pentingnya kesehatan bagi kehidupan mereka di masa depan. Pembelajaran bagi anak usia dini dapat dilaksanakan dengan menggunakan beberapa

metode. Mengutip penjelasan dari di rektorat PADU tahun 2001 dan Depdikbud tahun 1998, Sabil Risaldi (2004:30-32) dalam Ahmad Zaini 2015. Menjelaskan beberapa metode pembelajaran diantaranya adalah bercerita, beryanyi, berdarma wisata, bermain peran, peragaan dan latihan. Dari antara metode pembelajaran yang disebutkan bercerita dan beryanyi adalah salah satu pendekatan yang dilaksanakan dalam kegiatan PHBS di PAUD Al-Gufran Ambon.

Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan oleh Geovani Meiwanda dkk dengan judul Edukasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah untuk menghadapi era new normal. Penelitian ini memberikan edukasi dan pendampingan kepada siswa SDN 57 pekanbaru desa Jadirejo tentang membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat dalam menghadapi era new normal agar meningkatkan pengetahuan siswa SDN 57 Pekanbaru tentang perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, dan juga dapat melakukan 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Dengan media edukasi berupa spanduk bergambar dan metode yang digunakan adalah pemberian kuis dan menguji pengetahuan mereka terhadap materi yang telah disampaikan selain itu dalam tahap evaluasi ini siswa-siswi mempraktekan kembali 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan ini sudah mencapai target yang direncanakan, mengingat bahwa tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah bertambahnya pengetahuan siswa dan siswi tersebut mengenai PHBS dan mereka dapat mempraktikanya dalam kehidupan sehari-hari.

2. METODE

Metode pelaksanaan yang diterapkan dalam kegiatan edukasi dilakukan dengan memberikan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat. Dalam pelaksanaan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat ini kami menggunakan metode bercerita dan menyanyi. Kegiatan ini dilakukan dengan cara penyampaian materi yang di bawakan dengan media cerita yang di rangkai menarik, menyenangkan dan mudah untuk di ikuti oleh semua siswa paud, media yang di gunakan dalam sosialisasi ini ada lagu dengan tema mencuci tangan yang baik dan benar agar materi yang di sampaikan lebih menarik dan mudah untuk di pahami.

Kegiatan ini melibatkan 40 orang siswa-siswi PAUD Al-Gufran. Kegiatan sosialisasi dilaksanakan pada tanggal 3 November 2023 di PAUD Al-Gufran, Kelurahan Waihaong, Kecamatan Nusaniwe, Kota Ambon. Tujuan dari kegiatan ini ialah untuk mengedukasi siswa-siswi tentang perilaku hidup bersih dan sehat di PAUD sehingga dapat meningkatkan pemahaman mereka beserta kesadaran tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat terutama di PAUD.

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi meliputi penyampaian materi edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah kemudian dilanjutkan dengan melakukan demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO, serta praktik cuci tangan agar setelah sosialisasi ini mereka dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi PHBS di PAUD Al-Gufran telah dilaksanakan dengan baik walaupun terdapat beberapa kendala tetapi tetap sesuai dengan target yang ingin dicapai. Sebelum memulai kegiatan sosialisasi tentunya ada beberapa tahapan, diawali dari tahap persiapan yaitu berupa pengantaran surat izin dan meminta izin secara langsung kepada pihak sekolah terkait kegiatan yang akan kami laksanakan, dan kami melakukan persiapan materi yang nantinya akan disampaikan kepada siswa-siswi. Kegiatan ini kami laksanakan di pagi hari pada hari Jumat, 3 November 2023. Rangkaian kegiatan dalam pelaksanaan sosialisasi ini yaitu penyampaian materi edukasi tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di sekolah oleh dua orang anggota KKN kami, pada saat penyampaian materi juga dilakukan diskusi dengan siswa-siswi terkait bagaimana Pola Hidup Bersih dan Sehat di sekolah, tujuan dan manfaatnya serta contoh-contoh penerapannya. Siswa-siswi tersebut dapat bekerja sama dengan baik saat kegiatan ini berlangsung. Mereka sangat antusias menyimak materi yang di sampaikan karena kami membawakan materi dengan metode bercerita menggunakan hand puppet (boneka tangan) dan bernyanyi dengan tema yang menyenangkan yang kami sesuaikan dengan peserta

sosialisasi yang merupakan anak-anak yang pastinya mereka akan lebih tertarik dan memahami materi yang kami bawakan. Selanjutnya, pemateri melakukan demonstrasi cara 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar, kemudian meminta semua peserta sosialisasi tersebut untuk mempraktikkan ulang dengan baik dan benar, setelah itu mereka di berikan cemilan untuk mengapresiasi partisipasi mereka pada sosialisasi ini.

Di akhir kegiatan sosialisasi kami melakukan pengecekan pemahaman siswa mengenai PHBS di sekolah dalam hal mengikuti 6 langkah mencuci tangan dengan baik dan benar menurut WHO. Hal ini bertujuan untuk mengetahui seberapa banyak siswa telah mengerti tentang edukasi PHBS yang telah di ajarkan selain itu kami juga melakukan evaluasi terhadap tata cara atau langkah mencuci tangan yang baik dan benar dengan kembali bernyanyi sekaligus praktik 6 langkah mencuci tangan. Dan dari kegiatan evaluasi ini kami dapat menyimpulkan bahwa materi sosialisasi yang kami lakukan berhasil kami sampaikan, hal ini dapat terlihat dari banyaknya siswa yang turut ikut berpartisipasi berhasil mengikuti 6 langkah-langkah mencuci tangan dengan baik dan benar menurut WHO. Melihat dari hasil evaluasi tersebut, kami bisa menyimpulkan bahwa kegiatan ini sudah mencapai target yang di rencanakan, mengingat tujuan dari kegiatan sosialisasi ini adalah untuk meningkat kesadaran dan pengetahuan siswa tersebut mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan mereka dapat menerapkannya di kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Siswa-siswi PAUD Al-Gufran yang mengikuti sosialisasi PHBS dan penyampaian materi sosialisasi PHBS

Pada gambar 1 siswa-siswi paud Al-Gufran menyimak bersiap untuk menerima materi yang akan di bawakan oleh pemateri dengan metode bercerita juga bernyanyi dengan tema mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO. Pada persiapan ini siswa-siswi di berikan arahan mengenai 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Siswa-siswi di diajarkan langkah per langkah mencuci tangan agar dapat dengan mudah di pahami dan di ikuti ketika nanti di lakukan praktek langsung.



Gambar 2. Melakukan praktik mencuci tangan yang benar menurut WHO

Pada gambar 2 siswa-siswi melakukan praktek mencuci tangan bertahap sesuai dengan materi yang di sampaikan, pada praktik mencuci tangan ini siswa-siswi di bantu kakak-kakak mahasiswa sekaligus memberikan pemahaman lebih mendalam tentang 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar agar para siswa lebih memahami jika mencuci tangan dengan baik merupakan perilaku hidup bersih dan sehat.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan yang diperoleh dari salah satu pelaksanaan program kerja pada pengabdian mahasiswa KKN Universitas Pattimura angkatan L ini yaitu, edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam upaya memberikan pemahaman yang benar dengan cara menerapkan 6 langkah tata cara mencuci tangan yang baik dan benar menurut WHO pada siswa PAUD Al-Gufran Waihong. Hal ini terlihat dari tahap evaluasi yang kami lakukan dimana siswa-siswi tersebut sudah bisa mengikuti dengan benar taat cara mencuci tangan dengan baik sesuai dengan 6 langkah yang di ajarkan. Mereka juga sudah bisa mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik dan benar, sehingga kami berharap dengan materi yang sudah kami sampaikan mereka bisa menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari yang tujuannya untuk melindungi diri mereka agar terhindar dari bakteri penyebab penyakit.

Kesulitan Didalam suatu kegiatan tentunya ada kesulitannya masing-masing, pada sosialisasi yang kami lakukan terdapat sedikit hambatan seperti dalam proses mempersiapkan materi atau pemilihan teknik penyampaian dan penyesuaian materi untuk sosialisasi PHBS yang memiliki target anak-anak (5-6 tahun) mengalami kendala karena harus menyesuaikan dengan umur partisipan. Tetapi hal tersebut tidak menghalangi keberhasilan kami dalam melakukan sosialisasi PHBS kepada siswa-siswi PAUD Al-Gufran.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami selaku penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu kami selama proses pelaksanaan sosialisasi ini berjalan, baik dalam proses persiapan maupun kegiatan berjalan. Terima kasih kepada PAUD Al-Gufran yang dengan senang hati memberikan kami kesempatan, waktu dan tempat untuk pelaksanaan sosialisasi ini, terima kasih juga kepada pihak kelurahan Waihaong yang telah memberikan kami dukungan sekaligus bimbingan agar sosialisasi ini berjalan dengan baik, dan tidak lupa terima kasih kepada teman-teman tim yang telah bekerja keras dalam menjalankan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aziz, Z., Aseptianova, A., Nawawi, S., & Yuliany, E.H. (2019). Hiegene dan Sanitasi CUCI Tangan Pakai Sabun Di Kelurahan Kebun Bunga Kecamatan Sukarami Kota Palembang. Batoboh.
- Fitriani, S., & Agustini, F. (2019). Sosialisai Permainan Ular Tangga Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN Margamulya Kecamatan Singaprarna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2018. *Jurnal Abdimas Kesehatan Tasikmalaya*.
- Imam Rofiki, & Siti Roziah Ria Famuji. (2020). Kegiatan Penyuluhan dan Pemeriksaan Kesehatan untuk Membiasakan PHBS bagi Warga Desa Kemantren. *Dinamisia : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(4), 628-634. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v4i4.3992>
- Indonesia. Kemensos RI. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat: Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga. April 8, 2020, from <https://kemensos.go.id/uploads/topics/15863905705284.pdf>
- Jakarta. Kemkes RI. (2016). Gerakan PHBS Sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat. Januari 1, 2016, from <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>

- Meiwanda, G., Untsadewan, Q. N., Paulina, R., Cahyani, S. I., Bashiroh, A., Lilian, D., Salsadila, D., Silalahi, C. D., Rahmana, Z. A., Hakim, A. N., & Pramudia, T. S. (2022). Edukasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah untuk menghadapi Era New Normal. *Unri Conference Series: Community Engagement*, 4, 73-77. <https://doi.org/10.31258/unricsce.4.73-77>
- Risaldy, Sabil, Manajemen Pengelolaan Sekolah Usia Dini, Jakarta: Luxima, 2004.
- Wicaksono, A.S. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Diri Siswa SDN Sonoadi Karanggeneng Lamongan.
- Wulandary, H. (2014). Pelaksanaan Pendidikan Kesehatan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini.
- Zaini, A. (2015). Bermain Sebagai Metode Pembelajaran Bagi Anak Usia Dini. *Jurnal Inovasi Pendidikan Guru Raudhatul Athfal*.

Buku:

- McKibbin, B. (2007). *Deep economy: The wealth of communities and the durable future*. New York: Times Books/Henry Hold and Co.

Chapter in an edited book:

- Pigg, K. E., & Bradshaw, T. K., (2003). Catalytic community development: A theory of practice for changing rural society. In D. L. Brown & L. E. Swanson (Eds.), *Challenges for rural America in the twenty-first century* (pp. 385-396). University Park, PA: Pennsylvania State University Press.

Sumber Internet

- U.S. Census Bureau. (2000). *State and Country QuickFacts*. Washington, D.C.: United States Bureau of the Census. Retrieved November 7, 2008, from <http://quickfacts.census.gov/qfd/>