
Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa TK Tunas Bangsa

RM Riadi¹⁾, Agustra Leonardi Sipahutar²⁾, Bagus Fitrah Pratama³⁾, Dhuni Arta Situmorang⁴⁾, Diana Ramahwati⁵⁾, Dinda Permata Sari⁶⁾, Fathia Arifah Suri⁷⁾, Helen Pebriani Lumban Tungkup⁸⁾, Juli Yanto Wibowo⁹⁾, Yessy Indri Rahma¹⁰⁾, Zam Zam Rahmat¹¹⁾

^{1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11}Universitas Riau

Email: fathiaarifah@gmail.com

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan untuk memberikan pemahaman kepada siswa TK Tunas Bangsa tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan. anak-anak merupakan individu yang rentan terhadap penularan penyakit seperti diare, cacangan, penyakit kulit dan juga penyakit mata yang diakibatkan oleh perilaku hidup yang tidak bersih. Oleh sebab itu, penting untuk memberikan pemahaman kepada mereka bagaimana cara melindungi diri dari penyakit dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Pengabdian ini dilaksanakan dengan cara sosialisasi dan pemberian edukasi kepada siswa TK Tunas Bangsa, diskusi tanya jawab terkait materi perilaku hidup bersih dan sehat, serta praktik langsung dalam kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dan menyikat gigi yang baik dan benar. Tujuan kegiatan ini juga tercapai dengan baik, para siswa antusias dalam mengikuti kegiatan serta aktif dalam sesi diskusi. Dari kegiatan ini, para siswa mampu untuk memahami pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat serta mampu untuk mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari agar senantiasa terlindungi dari penyebaran penyakit.

Kata Kunci: PHBS, Penyakit, Siswa TK

Abstract

This community service development activity is to provide understanding to students at TK Tunas Bangsa about the importance of clean and healthy living behavior in life. Childrens are vulnerable to transmission of diseases such as diarrhea, helminthiasis/worm infection, skin diseases, and eye diseases that caused by unclean living behavior. Therefore, it is important to give them an understanding of how to protect themselves from disease by applying clean and healthy living behaviour. This devotion was carried out by socializing and providing education to TK Tunas Bangsa's students, question and answer discussions related to clean and healthy living beahior materials, and practice in washing hands with soap

activities and proper brushing teeth. The purpose of this activities was also well achieved, students were enthusiastic about participating in activities as well as being active in discussion sessions. From this activity, students are able to understand the importance of lean and healthy living behavior and able to practice it in their daily lives to be protected from the spread of disease.

Keyword: PHBS, Disease, Kindergarten Student

PENDAHULUAN

Kementerian Kesehatan terus berupaya untuk mewujudkan masyarakat Indonesia yang memiliki Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas, termasuk kepada anak-anak.

Anak mempunyai posisi yang strategis sebagai “cikal bakal” sebuah kelompok masyarakat baru dan menjadi penentu nasib perjalanan kelompok tersebut. Dengan lingkungan yang mendukung, anak-anak akan tumbuh dan berkembang secara optimal dan berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat. (Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, 2020). Proses pembelajaran di lingkungan sekolah tidak hanya dilakukan untuk membentuk keterampilan akademis siswa, tetapi juga perlu untuk membentuk kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat agar membantu mereka dalam menjaga kebersihan dan kesehatan tubuhnya (Bukit et al, 2022).

Memperkenalkan perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak-anak merupakan sebuah investasi bagi masa depan kehidupan kesehatan yang baik. Karena pada rentang usia ini, anak-anak rentan terhadap penularan penyakit seperti diare, cacangan, penyakit kulit dan juga mata. Selain itu, masalah kesehatan lainnya yang timbul pada anak yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis, maupun gangguan belajar. Dalam mendukung pelaksanaan PHBS di sekolah, perlu diupayakan kesadaran peserta didik maupun guru serta dukungan sarana prasana penunjang kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat bagi siswa. Menurut catatan World Health Organization (WHO), diare menyebabkan kematian pada 2,5 juta balita di dunia setiap tahunnya. Untuk itu diperlukan proses pembiasaan bagi anak-anak dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat ini. Hal inilah yang melatarbelakangi tim pengabdian kukerta dari Universitas Riau untuk melaksanakan kegiatan pengabdian ke TK Tunas Bangsa yang berada di Desa Buana Bhakti untuk melaksanakan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat dengan harapan dapat memberikan pengetahuan pemahaman kepada para siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat agar mereka dapat mempraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari.

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan ini yaitu promosi kesehatan berupa sosialisasi dan pemberian edukasi kepada para siswa di TK Tunas Bangsa yang berada di Desa Buana Bhakti, Kecamatan Kerinci Kanan pada hari Kamis tanggal 4 Agustus 2022. Sosialisasi dan edukasi ini yang diberikan yaitu tentang bagaimana cara Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) serta menyikat gigi yang baik dan benar. Dalam metode ini terdapat dua tahapan, yaitu tahap diskusi dan tahap praktik. Pada tahap diskusi, tim pengabdian memberikan edukasi dan pemahaman perilaku hidup bersih dan sehat, terutama tentang cara cuci tangan pakai sabun dan menyikat gigi, serta tanya jawab seputar materi yang dibawakan. Tahap kedua yaitu praktik, tim pengabdian mempraktikkan bagaimana cara cuci tangan pakai sabun dan menyikat gigi, kemudian diikuti oleh para siswa. Selain itu, tim juga membagikan sikat gigi dan pasta gigi kepada para siswa sebagai bentuk dukungan untuk memotivasi mereka agar lebih semangat dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 4 Agustus 2022 bersama dengan 56 siswa TK Tunas Bangsa serta dipandu oleh 4 guru. Kegiatan dimulai dengan senam yang rutin dilaksanakan setiap pagi hari di TK Tunas Bangsa. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan pemberian materi seputar perilaku hidup bersih dan sehat, termasuk cara cuci tangan pakai sabun dan menyikat gigi.

Selanjutnya, tim pengabdian mempraktikkan bagaimana cara mencuci tangan dengan 6 tahapan cuci tangan yang benar sesuai dengan anjuran World Health Organization (WHO), yaitu sebagai berikut:



Gambar 1. Tahapan Cuci Tangan

Setelah itu, masing-masing siswa diminta untuk mempraktikkan cara cuci tangan pakai sabun dengan dipandu oleh tim pengabdian serta guru, dengan berpedoman pada 6 langkah mencuci tangan

diatas. Melalui kegiatan ini diharapkan para siswa bisa memperoleh pengetahuan tentang cara mencuci tangan yang benar, sehingga mereka bisa menjaga diri dari sebaran virus penyebab penyakit berbahaya.



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Cuci Tangan

Kegiatan berikutnya yaitu tim pengabdian memberitahukan kepada para siswa tentang bagaimana cara menyikat gigi yang baik dan benar. Tim pengabdian juga menyerahkan banner kepada TK Tunas Bangsa yang berisi tata cara menyikat gigi, sebagai media informasi kepada siswa. Penggunaan media sebagai sarana pengenalan PHBS merupakan salah satu cara yang tepat untuk membelajarkan dan membiasakan PHBS (Nasiatin et al., 2021)



Gambar 3. Banner Tata Cara Menyikat Gigi

Setelah memberikan penjelasan kepada para siswa dengan media banner, tim pengabdian dibantu oleh para guru mendampingi siswa untuk mempraktikkan cara menyikat gigi yang benar. Kegiatan ini

diharapkan mampu meningkatkan pemahaman siswa tentang pentingnya menyikat gigi agar kesehatan gigi dan mulut selalu terjaga.



Gambar 4. Dokumentasi Kegiatan Sikat Gigi

Tim pengabdian juga membagikan sikat gigi dan pasta gigi baru kepada para siswa TK Tunas Bangsa, sebagai bentuk apresiasi atas antusiasme mereka dalam kegiatan ini, serta untuk memotivasi para siswa agar terus mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 5. Foto Bersama Guru & Siswa TK Tunas Bangsa

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian ini berupa sosialisasi dan edukasi kepada siswa TK Tunas Bangsa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan ini juga diikuti dengan praktik langsung Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) serta menyikat gigi oleh para siswa. Mereka juga memahami bagaimana pentingnya hidup sehat sebagai upaya dalam melindungi diri dari penyakit. Dengan adanya kegiatan ini, para siswa mampu untuk mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya melindungi tubuh dari berbagai penyakit yang bersifat menular.

DAFTAR Pustaka

- Bukit, S., Hutagalung, S., Sarbaini, W. (2022). Analisis Pemberdayaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Journal of Community Development (JCD)*.
- Bur, N., & Septiyanti, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Inpres Katangka Gowa. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 47-52. <https://doi.org/10.37541/celebesabdimas.v2i1.301>
- Hasanah, Uswatun., Mahardika, Dwi Rizki. (2020). Edukasi Prilaku Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Anak Usia Dini Untuk Pencegahan Transmisi Penyakit. Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php.semnnaskat>
- Julianti, R., Nasirun, H. M. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11-17. www.dinkes.go.id
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. (2020). Pedoman Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pendidikan Anak Usia Dini. Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan dan UNICEF.
- Muhani, Nova., dkk. (2022) Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. *Jurnal Loyalitas Sosial*, 4(1), 27-38. <http://dx.doi.org/10.32493/JLS.v4i1.p27-38>
- Nasiatin, T., Eko, W., Lusiana, D., & Palutturi, S. (2021). The roles of health-promoting media in the clean and healthy living behavior of elementary school students. *Gaceta Sanitaria*, 35(1), 53–55. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.12.015>
- [Cahyani, I. W. N. \(2022\). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar di SD Negeri Tambaan 1. *Jurnal Pancar \(Pendidik Anak Cerdas dan Pintar\)*, 6\(2\), 238-241. <https://doi.org/10.52802/pancar.v6i2.473>](#)
- Sanjaya, R., Fara, Y. D., & Sagita, Y. D. 2019. Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu Universitas Aisyah Pringsewu*, 1(1), 55-60.
- Zulhakim., Syamsussabri, Muhammad. (2022). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Era Pandemi Covid-19. *Abdonesia: Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat*, 2(2), 56-62. <https://unu-ntb.e-journal.id/abdonesia>