

## Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak

Yuri Nurdiantami<sup>1</sup>, Shafa Adzkia Aulia<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

E-mail: nurdiantamiyuri@upnvj.ac.id<sup>1</sup>, 2010713139@mahasiswa.upnvj.ac.id<sup>2</sup>

### Article History

Received: 28/10/2022

Revised: 30/10/2022

Accepted: 4/11/2022

**Keywords:** Behavior, Children,  
Healthy and Clean

### Abstract:

*Health is fundamental aspect that should be obtained since the early phase of life. Education of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is important to improve one's health status. Kesmas Mengajar Program aim to develop further and in-depth understanding of clean and healthy living behavior in children living in sub-urban area. The program facilitates children in small group to obtain comprehensive materials as well as understanding about their personal hygiene. The program is not only focusing on theoretical based intervention but also real-life practice. Based on the pre and post test results, it is found that there are increase rate of children's knowledge. It is suggested that another program conducted in wider scope to provide meaningful impact for the community.*

### PENDAHULUAN

Untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia, dibutuhkan beberapa faktor pendukung salah satunya, yaitu lingkungan yang nyaman. Lingkungan yang nyaman ini merupakan lingkungan yang bersih atau bebas dari sampah jenis apa pun. Dengan adanya lingkungan yang bersih, maka seseorang akan merasa nyaman untuk melakukan kegiatan sehari-hari, seperti membaca dengan penuh konsentrasi. Akan tetapi, untuk bisa menciptakan lingkungan yang bersih maka diperlukan penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat).

Menurut Kemenkes, PHBS merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk menularkan pengalaman baik kepada individu, kelompok, maupun masyarakat luas mengenai perilaku hidup sehat dengan menggunakan berbagai macam jalur komunikasi sebagai media informasi (Dinkes Bali, 2020). Pada masa pandemi, PHBS dinilai memiliki peranan yang sangat penting khususnya pada anak usia sekolah. Kasus positif COVID-19 pada kelompok usia anak di Indonesia mencapai 11–12%. Artinya, ada sekitar 210.000–230.000 kasus positif COVID-19 pada kelompok usia anak. Berdasarkan data yang dilaporkan oleh Satgas Penanganan COVID-19 per 24 Juni 2020, dari 250.000 kasus positif COVID-19, sebanyak 12,6 % berasal dari kelompok usia anak dengan proporsi terbesar berada pada kelompok usia 7–12 tahun (28,02%) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia 2021).

---

Dilatarbelakangi oleh alasan tersebut, penulis bersama Himpunan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta akan menyelenggarakan sebuah program kerja bernama Kesmas Mengajar (Kejar) dengan tema “Anak Indonesia Cerdas Berliterasi demi Generasi Berprestasi”. Kegiatan ini dilakukan dengan tujuan agar anak Indonesia khususnya anak-anak usia Sekolah Dasar yang tinggal di daerah Kampung Ratujuaya, Kecamatan Cipayung, Kota Depok, Jawa Barat dapat memiliki minat baca sedari dini dan bisa terbiasa dengan kegiatan tersebut. Selain itu, kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan khususnya pada anak di era pandemi COVID-19 dengan berusaha memperkenalkan PHBS sedini mungkin. Melalui kegiatan ini, penulis bersama mahasiswa/i Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana dapat menambah kemampuan serta pengalaman khususnya di bidang komunikasi kesehatan sebagai upaya untuk belajar sosialisasi dengan masyarakat melalui promosi kesehatan.

### **METODOLOGI PENGABDIAN**

Penulis bersama dengan Divisi Sosial Masyarakat Himpunan Mahasiswa Kesehatan Masyarakat (HMKM) UPNVJ melaksanakan Program Kesmas Mengajar secara luring atau *offline* yang dimulai dari mencari mitra kerja untuk menjadi tempat dilaksanakannya pengabdian masyarakat. Alamat dari tempat yang dituju yaitu Kampung Ratujuaya, Kecamatan Cipayung, Kota Depok, Jawa Barat, dengan sasaran peserta yaitu anak-anak usia sekolah dasar.

Pertemuan dengan pihak mitra diawali dengan melakukan survei tempat. Kegiatan tersebut bertujuan untuk melihat secara langsung lapangan dan sasaran yang dituju sebelum dilaksanakannya pengabdian masyarakat. Setelah berbincang-bincang dengan warga setempat, kemudian diambil keputusan untuk melaksanakan pengabdian masyarakat di Kampung Ratujuaya, Kecamatan Cipayung, Kota Depok, Jawa Barat.

Setelah melakukan penentuan wilayah, program pengabdian masyarakat ini memulai pencarian konsep dan menentukan masalah. Proses penentuan masalah dilakukan secara kolektif dengan melihat secara langsung masalah yang dialami oleh anak-anak usia sekolah dasar yang berada di sana. Penentuan masalah yang dimaksud bertujuan agar kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan dapat sesuai dengan masalah yang dihadapi di Kampung Ratujuaya. Dalam pengabdian masyarakat ini, topik yang diangkat yaitu mengenai literasi dan penerapannya serta Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Namun dalam setiap pertemuannya, tidak hanya ada pemaparan materi tetapi ada pula beberapa soal pretest dan posttest yang harus diisi oleh sasaran, serta terdapat permainan-permainan yang menarik agar kegiatan pengabdian masyarakat lebih menarik dan tidak membuat sasaran menjadi jenuh selama mengikuti kegiatannya.

Program Kesmas Mengajar 2022 dilaksanakan selama tiga bulan dengan pertemuan sebanyak satu kali dalam dua minggu. Kegiatan ini diikuti oleh sekitar 25 anak-anak usia sekolah di balai serbaguna lingkungan. Beragam metode digunakan dalam menyampaikan materi secara langsung kepada anak-anak. Metode yang digunakan antara lain adalah edukasi dalam kelompok kecil menyesuaikan dengan umur anak. Setiap relawan akan memberikan edukasi terhadap 2-3 orang anak dengan menggunakan kombinasi antara media audio, visual dan praktik langsung. Anak-anak juga dapat langsung mempraktikkan cara cuci tangan serta cara menggosok gigi yang baik dan benar dengan diberikannya peralatan penunjang.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Kegiatan awal

Pada pertemuan pertama, rekan-rekan relawan dari pemateri Kesmas Mengajar melakukan perkenalan awal dan *bonding* agar terbangun kemistri yang baik antar anak dan pengajar. Menjalinkan keakraban dengan anak-anak dilakukan dengan beragam upaya seperti menciptakan yel-yel bersama dan melakukan permainan. Sebelum pemberian materi, anak-anak akan diberikan kertas berisi pertanyaan singkat terkait materi PHBS sebagai *pre-test*.

### Kegiatan inti

Setelah pembukaan dan proses perkenalan, dilakukan pembukaan dan pemberian materi singkat oleh Ibu Yuri Nurdiantami, Apt., S.Farm., MPH. selaku dosen pembimbing kegiatan Kesmas Mengajar tahun 2022. Kemudian terdapat pemaparan materi oleh relawan pengajar dengan membagi anak-anak yang menjadi sasaran dibentuk ke dalam beberapa kelompok dan disesuaikan dengan usianya. Hal ini dilakukan agar setiap relawan dapat menyesuaikan teknik komunikasi dengan usia anak. Pembagian anak-anak ke dalam kelompok juga dapat meningkatkan fokus serta pemahaman anak-anak terhadap materi yang disampaikan.



Gambar 1. Kegiatan pemberian materi dengan metode kelompok kecil

Materi yang disampaikan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat disampaikan dengan menggunakan bantuan laptop di tiap kelompok guna mempermudah tampilan bahan presentasi. Materi yang disampaikan adalah mengenai cara cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar serta cara menggosok gigi yang tepat. Hal yang membuat pengabdian masyarakat ini menjadi lebih menarik karena adanya praktek Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti mencuci tangan dengan sabun dan belajar cara menggosok gigi dengan baik dan benar. Dengan melakukan praktik langsung, diharapkan anak-anak dapat lebih mudah mengaplikasikan materi yang diberikan dan dapat bertanya langsung apabila menemui kendala.



Gambar 2. Penyampaian teori cara mencuci tangan yang baik



Gambar 3. Praktik cara mencuci tangan dengan baik menggunakan sabun

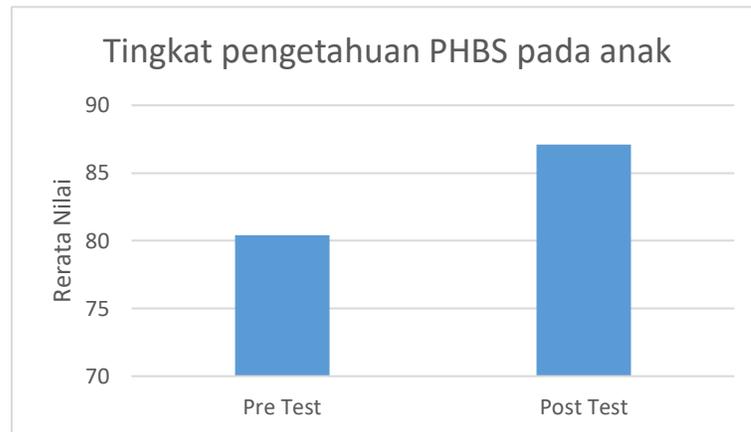
### **Kegiatan akhir**

Sebagai penutup rangkaian acara pada hari kegiatan, anak-anak kembali diminta untuk menjawab pertanyaan singkat pada post-test guna mengevaluasi pengetahuan akhir yang dimiliki. Pertanyaan yang ditanyakan pada pre dan post test adalah pertanyaan yang sama dengan opsi jawaban A, B, dan C. Pertanyaan tersebut antara lain: “PHBS adalah singkatan dari..”, “Contoh Kegiatan PHBS yang dapat kita lakukan adalah..”, “Mengapa kita harus makan jajanan sehat?”, “Apa yang harus kita lakukan setelah belajar tentang PHBS?”, “Mengapa kita harus melakukan PHBS?”, “Mengapa kita harus memotong kuku?”, “Benda apa yang seharusnya kita buang di tempat sampah berwarna hijau?”, “Mengapa kita harus rutin berolahraga?”, “Apa yang terjadi jika kita tidak rajin membersihkan rumah?” dan “Apa yang akan terjadi jika kita membuang sampah tidak pada tempatnya?”.

Berdasarkan hasil analisis pre-test dan post test diketahui bahwa terdapat peningkatan rerata pengetahuan anak terkait PHBS antara sebelum dan setelah diberikan materi. Hal ini dapat menjadi indikator kesuksesan dan kebermanfaatan program bagi masyarakat.

Nama	Pertemuan PHBS	
	Pretest	Post Test
Anak 1	80	80
Anak 2	100	100
Anak 3	100	100
Anak 4	90	80
Anak 5	80	90
Anak 6	80	90
Anak 7	90	90
Anak 8	70	70
Anak 9	60	70
Anak 10	90	90
Anak 11	70	80
Anak 12	100	90
Anak 13	60	100
Anak 14	80	90
Anak 15	90	100
Anak 16	50	90
Anak 17	60	100
Anak 18	80	80
Anak 19	60	90
Anak 20	80	70
Anak 21	80	100
Anak 22	100	90
Anak 23	90	60
Anak 24	90	90

Tabel 1. Hasil pre test dan post test



Grafik 1. Perbedaan rerata pengetahuan anak sebelum dan setelah pemberian materi

Salah satu hal penting yang selalu dilakukan setelah diadakannya pertemuan yaitu evaluasi. Evaluasi yang dilakukan bertujuan untuk meminimalisasi kesalahan-kesalahan yang terjadi di hari tersebut agar tidak terulang di pertemuan selanjutnya. Pada tahap evaluasi ini, setiap relawan pengajar dari Kesmas Mengajar menyebutkan kendala dan solusi dari masing-masing kelompok yang sudah ditentukan pada awal pertemuan. Kendala dan solusi yang diberikan juga sangat beragam sehingga penulis mengetahui hal-hal apa yang harus dilakukan pada pertemuan selanjutnya.

## SIMPULAN

Kegiatan Kesmas Mengajar merupakan bentuk pengabdian kepada masyarakat di bidang kesehatan yang berfokus pada perkembangan dan kesehatan anak. Dalam setiap rangkaian kegiatan Kesmas Mengajar dilakukan kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan akhir guna memastikan setiap agenda dapat terlaksana dengan baik dan para peserta yang masih berada pada usia sekolah dasar tidak merasa bosan. Kelebihan program ini dibandingkan program lainnya adalah penggunaan metode kelompok kecil yang berfokus pada pemahaman anak secara menyeluruh. Pada kegiatan selanjutnya diharapkan adanya program yang berkesinambungan serta perluasan program ke daerah lain sehingga dapat memperluas kebermafaatan dari program ini.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Dalam proses pelaksanaan program ini, penulis mengucapkan terimakasih pada berbagai pihak yang terlibat serta peran serta masyarakat untuk mendukung kesuksesan kegiatan Kesmas Mengajar termasuk kepada Ketua Rukun Warga (RW), Ketua Rukun Tetangga (RT) Kampung Ratujaya penduduk setempat hingga para relawan yang berkenan untuk membantu kesuksesan program ini.

## DAFTAR REFERENSI

- Dinkes Bali. 2020. "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Tatanan Pura Di Masa Pandemi Covid-19 - Dinas Kesehatan Provinsi Bali." *Dinas Kesehatan Provinsi Bali*. Retrieved October 26, 2022 (<https://diskes.baliprov.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-di-tatanan-pura-di-masa-pandemi-covid-19/>).
- DPR. 2021. "Minat Baca Bisa Tingkatkan Kesejahteraan." *08 April*.



# KALAM

**Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat**  
**Vol.1, No.3, Oktober 2022**

---

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2021. "Lindungi Anak Dan Remaja Kita Dari Varian Baru Covid-19." 31(1).