



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/wocd/article/view/wocd1101>

Penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan Cuci Tangan sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat

Nurhayati¹, Nurlina Akbar², Linda Hardianti Saputri³

^{1, 2, 3}Prodi Kebidanan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi ^(K): nurhayati.nurhayati@umi.ac.id

nurhayati.nurhayati@umi.ac.id¹, nurlina.akbar@umi.ac.id², lindahardianti.saputri@umi.ac.id³

(082344809929)

Abstract

PHBS is short for Clean and Healthy Lifestyle. While the understanding of PHBS is all health behaviors carried out because of personal awareness so that the family and all members are able to help themselves in the health field and have an active role in community activities. Counseling material delivered about PHBS and how to wash hands on elementary and junior high school students. This activity was carried out at the Elementary School Parang in Lanna Village with lecture, discussion and simulation methods. The results of this activity are students understanding about clean and healthy living behavior (PHBS) and how to wash hands properly, where students are able to answer questions given after health education and are able to practice independently how to wash hands properly and right. In addition, students participated in the activity enthusiastically so that it was the beginning to improve their patterns and lifestyle to be healthier.

Keywords: *Clean and healthy behavior, washing hands, child*

Abstrak

PHBS merupakan kependekan dari Pola Hidup Bersih dan Sehat. Sedangkan *pengertian PHBS* adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Materi penyuluhan yang disampaikan tentang PHBS dan cara mencuci tangan pada siswa dan siswi SD dan SMP. Kegiatan ini dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Parang di Kelurahan Lanna dengan metode ceramah, diskusi dan simulasi. Hasil kegiatan ini adalah para siswa siswi memahami tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dan cara mencuci tangan yang baik dan benar, dimana siswa siswi mampu

menjawab pertanyaan yang diberikan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan dan mampu mempraktikkan kembali secara mandiri cara mencuci tangan yang baik dan benar. Selain itu, siswa siswi mengikuti kegiatan dengan antusias sehingga menjadi awal untuk memperbaiki pola dan gaya hidup agar lebih sehat.

Kata Kunci: Perilaku hidup bersih dan sehat, cuci tangan, anak

A. PENDAHULUAN

Pembangunan merupakan tanggung jawab bersama dari semua warga Negara Indonesia termasuk didalamnya adalah Perguruan Tinggi serta civitas akademiknya. Oleh karena itu, maka setiap Perguruan Tinggi khususnya Universitas Muslim Indonesia melalui Lembaga Pengabdian Masyarakat kepada masyarakat (LPkM) melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang merupakan perwujudan salah satu Tri Darma Perguruan Tinggi. Pengabdian Masyarakat ini bertujuan untuk mengabdikan, belajar dan menerapkan ilmu serta keahlian yang dimiliki untuk membina masyarakat dan melaksanakan bersama-sama dengan masyarakat pedesaan.

Mengingat serta sebagian besar penduduk Indonesia hidup di wilayah pedesaan, maka segala upaya dan pikiran perlu dikerahkan untuk lebih meningkatkan kesejahteraan masyarakat pedesaan. Hal ini menjadi tanggung jawab semua pihak baik lembaga pendidikan, instansi pemerintah/swasta maupun pemerintah itu sendiri.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sebagai hasil pembelajaran sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat (Permenkes, 2011). Perilaku hidup bersih dan sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan sekolah ialah praktik kebiasaan hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari baik selama siswa berada di kelas maupun di luar kelas seperti siswa melakukan cuci tangan dengan sabun, melakukan sosok gigi secara teratur.

Anak merupakan aset terpenting dalam tercapainya keberhasilan suatu negara, karena anaknya merupakan generasi penerus bangsa. Derajat kesehatan anak belum bisa dikatakan baik karena masih banyak terdapat masalah kesehatan khususnya pada anak sekolah. Anak usia sekolah merupakan kelompok usia yang kritis karena pada usia tersebut rentan terhadap masalah kesehatan. Masalah kesehatan yang sering timbul pada usia anak sekolah yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis hingga gangguan dalam belajar dan juga masalah kesehatan umum..

B. PELAKSAAAN DAN METODE

Mitra utama dalam kegiatan ini adalah Pemerintah Kabupaten Gowa. Dimana dinas terkait merupakan *leading sector* program ini, sedangkan Kantor kelurahan/desa dan kecamatan merupakan ujung tombak sukses dan tidaknya pelaksanaan program ini. Selanjutnya sasaran kegiatan ini adalah masyarakat di salah satu kelurahan yaitu Kelurahan Lanna di Kecamatan Parangloe wilayah Kabupaten Gowa. Sasaran utama program ini yaitu kelompok anak sekolah, dalam hal ini adalah siswa siswi sekolah dasar Negeri Parang di Kelurahan Lanna.

Kegiatan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan perilaku seluruh siswa siswi sekolah dsar Negeri Parang tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan tehnik

Mencuci Tangan yang baik dan benar. Metode yang dilakukan dalam penyuluhan kesehatan dengan strategi ceramah, diskusi/tanya jawab serta simulasi. Evaluasi dilakukan dengan *pre-posttest* untuk melihat perubahan pengetahuan dan perilaku sebelum dan setelah dilaksanakan penyuluhan.

C.HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemahaman yang lebih mendalam terkait PHBS dan cara mencuci tangan yang baik dan benar dilakukan dengan metode ceramah, diskusi dan simulasi. Penyuluhan tentang PHBS (Prilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan cara mencuci tangan yang baik dan benar dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Parang di Kelurahan Lanna.

Pada awal kegiatan dilakukan pengkajian terhadap tingkat pengetahuan siswa dan siswi tentang terkait PHBS dan cara mencuci tangan dengan memberikan beberapa pertanyaan tentang materi penyuluhan yang akan disajikan. Setelah mengkaji pengetahuan siswa, dan memberikan pengetahuan melalui penyuluhan tentang perilaku PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan cara mencuci tangan dengan memberikan penyuluhan yang diakhiri dengan proses diskusi dan evaluasi. Evaluasi dilakukan dengan memberikan pertanyaan yang sama dengan pertanyaan yang telah diajukan sebelumnya untuk mengukur apakah terdapat perubahan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan serta meminta siswa siswi mengulang teknik mencuci tangan yang baik dan benar secara mandiri. Siswa siswi mampu menjawab pertanyaan yang diajukan dengan baik dan mampu mempraktikkan kembali teknik mencuci tangan yang baik dan benar. Dari hasil evaluasi tersebut, siswa siswi paham tentang PHBS dan teknik mencuci tangan yang baik dan benar serta siswa siswi bersedia menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 1. Praktik Cuci Tangan

Praktik Cuci tangan dilakukan di Sekolah Dasar Negeri Parang Kelurahan Lanna yang dipraktikkan oleh salah satu siswa Sekolah Dasar Negeri Parang setelah dilakukan simulasi.



Gambar 2. Peserta Penyuluhan Kesehatan

Siswa-siswi yang mengikuti penyuluhan kesehatan tampak menerima hadiah sebagai siswa siswi yang mempraktikkan tehnik cuci tangan dengan baik dan benar dan mampu melakukan 7 langkah tehnik mencuci tangan secara sistematis, tampak siswa siswi antusias menerima dan memperlihatkan hadiah yang diberikan.

D. PENUTUP

Simpulan

Kegiatan terlaksana sesuai dengan tujuan dan rencana, kegiatan ini mendapat sambutan yang baik dari masyarakat Kelurahan Lanna, kegiatan ini dapat menambah pengetahuan dan meningkatkan prilaku tentang PHBS dan cara mencuci tangan yang baik dan benar menuju peningkatan kualitas kesehatan masyarakat sedini mungkin.

Saran

Kegiatan pengabdian masyarakat hendaknya dapat dilanjutkan dan disebarluaskan kepada desa-desa lainnya, Perlunya perhatian pemerintah di Kecamatan Parangloe Kelurahan Lanna terkait mengenai PHBS di lingkungan Sekolah secara optimal sebagai aset potensial untuk peningkatan kualitas kesejahteraan masyarakat sejak dini.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan Terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu kegiatan pengabdian ini, Pemerintah Kelurahan Lanna yang telah memberi dukungan dalam kegiatan pengabdian ini, pihak Sekolah yang terlibat dan siswa-siswa SD Negeri Parang yang telah berpartisipasi.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E.R. & Sunarsih, T. (2011). *KDPK Kebidanan : Teori dan Aplikasi*. Yogyakarta : Nuha Medika
- Potter, Patricia A & Anne Griffin Perry. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses dan Praktik*. Jakarta : EGC
- Maryunani, Anik. (2015). *PHBS-Perilaku Hidup Bersih dan Sehat* : Yogyakarta : Sukses Pustaka.
- Pokja AMPL. (2007). *Leaflet Syarat Kecakapan Khusus PHBS di Sekolah* Jakarta : Depkes RI.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. (2009). *Petunjuk Teknis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah*. Jawa Barat
- Peraturan menteri Kesehatan Republik Indonesia. 2011. *Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Jakarta