

Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan pada Anak di Desa Deggungan Boyolali

Nur Afrina Azra¹, Erina Adriana Paramitha², Mutiara Anisah³, Salma Fadila Nisa⁴, Aini Dzuriyati Salma⁵, Afifah Zakiyatul Aulia⁶, Arjuna Fatkhur Roziq Pahlavi⁷, Emy Tri Waryati⁸, Wangsit Restu Adi⁹, Rezaniasyfiradayati¹⁰

Universitas Muhammadiyah Surakarta
E-mail: nur.afrinaazra@gmail.com

Article Info

Received: 20 Februari 2023
Revised: 23 Februari 2023
Accepted: 27 Februari 2023
Available online: 05 Maret 2023

Keywords:

Human Resources
Disease and Increase Immunity
Healthy Lifestyle
Educational Activity

p_2775-345X/e_2775-3441/
©2023 The Authors. Published
by Academia Publication. Ltd
This is an open access article
under the CC BY-SA license.



Abstract

Health education can create quality Human Resources (HR), health development is directed at efforts to increase awareness, willingness and ability to live healthily for everyone. To protect the body from disease and increase immunity, a clean and healthy lifestyle is very important in everyday life. The target of this activity is 25 children who are members of the At-Taqwa TPA in Deggungan Village, aged 2-15 years. Implementation of Clean and Healthy Living Behavior is a set of behaviors carried out on the basis of awareness as a result of learning. With this educational activity on establishing PHBS, it is hoped that the children of Deggungan Village will make clean and healthy living behavior a daily habit, both for themselves and for other people and the environment around them.

To Cite this article:

Afrina Azra, N., Paramitha, E. A., Anisah, M., Nisa, S. F., Salma, A. D., Aulia, A. Z., Pahlavi, A. F. R., Waryati, E. T., Adi, W. R., & Asyfiradayati, R. (2023). Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan pada Anak di Desa Deggungan Boyolali. *Community: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(01), 28–34. [10.57060/community.v3i01.85](https://doi.org/10.57060/community.v3i01.85)

Pendahuluan

Brook (2017:585), kesehatan merupakan sebuah sumber daya yang di miliki semua manusia dan bukan merupakan suatu tujuan hidup yang perlu di capai, Menurut (Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009) Tentang Kesehatan, sehat merupakan keadaan sehat baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Anak yang mempunyai kesehatan yang baik akan memiliki pertumbuhan yang optimal, sebagaimana standar kesehatan anak yang meliputi pertumbuhan fisik dan psikis pada umumnya dan memiliki perkembangan sesuai dengan usianya. Dikatakan anak yang sehat biasanya anak mempunyai perkembangan yang optimal yaitu tumbuh kembang dengan optimal sesuai dengan

umur yang dimiliki anak, psikisnya berkembang sesuai dengan tingkat kematangan dan umur anak, aktif, gembira dan pola makan teratur serta mampu bersosialisasi dengan lingkungan sekitar. Menurut Notoatmojo, beberapa hal yang perlu diajarkan pada anak untuk mengembangkan perilaku sehat, yaitu menjaga kebersihan diri maupun kebersihan lingkungan dan menjauhkan hal-hal yang berbahaya untuk kesehatan. Kegiatan paling sederhana yang dapat dilakukan anak usia dini adalah meletakkan alas kaki pada tempatnya, menggunakan alas kaki jika hendak keluar rumah, membuang sampah pada tempatnya, meletakkan peralatan makan minum yang kotor pada tempatnya, membersihkan mainan, menutup mulut pada saat batuk dan bersin, menjauhi asap rokok, asap pembakaran sampah, asap kendaraan bermotor, serta buang air besar (BAB) dan buang air kecil (BAK) di toilet. Kualitas kesehatan anak-anak di Desa Deggungan sebenarnya sudah baik, tetapi masih ada beberapa anak yang belum memiliki tingkat kesadaran tinggi terhadap pentingnya pola hidup bersih dan sehat untuk mencegah paparan penyakit, walaupun sudah banyak fasilitas pendukung, beberapa anak masih kurang sadar pentingnya pola hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Solusi yang kami dapat lakukan adalah dengan cara penyuluhan tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan bagaimana cara menjaga kesehatan tubuh anak-anak. Kemudian penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan tingkat kesadaran Pola Hidup Bersih dan Sehat di Desa Deggungan, untuk mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan anak-anak di Desa Deggungan.

Metode

Meningkatkan kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya peningkatan kesehatan anak merupakan tujuan diadakannya kegiatan pengabdian ini. Hal ini dilakukan agar anak-anak TPA Desa Deggungan dapat mengetahui dan menerapkan kebiasaan perilaku hidup sehat didalam kehidupan sehari-hari. Maka dari itu kami mengangkat tema pola hidup bersih dan sehat yang terdiri dari: 1) Mengenali merawat kebersihan diri; 2) Menjaga kebersihan kuku dengan anjuran memotongkuku yang baik dalam islam; 3) Memilah sampah dengan benar sesuai kategori sampah; dan 4) Membuat hasta karya ramah lingkungan.

Keempat materi tersebut disampaikan dalam 3 kali pertemuan, dalam setiap kali pertemuan disampaikan materi dengan melakukan pemaparan materi, mempraktikan materi, dan mengadakan sesi tanya jawab. Sasaran pengabdian masyarakat ini ditujukan kepada anak-anak TPA di Desa Deggungan yang berjumlah 25 anak, terdiri dari 6 anak laki-laki dan 19 anak perempuan. Kelompok usia anak-anak TPA Desa Deggungan berkisar 7-15 tahun sehingga sudah mampu membaca, memahami materi, dan belajar bersama.

Kegiatan pengabdian ini diselenggarakan dengan melibatkan berbagai pihak. Pihak yang terlibat terdiri dari: Kepala Desa Deggungan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali; Anak-anak TPA At-Taqwa sebanyak 25 Anak di Desa Deggungan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali; dan Panitia Pelaksana kegiatan yang berperan dalam perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan.

Tahap perencanaan kegiatan, dibagi menjadi dua tahap yaitu tahap internal dan tahap eksternal. Tahap perencanaan internal adalah persiapan konsep acara, persiapan kebutuhan yang akan digunakan, persiapan materi yang akan disampaikan, dan pembagian tugas pada setiap panitia. Untuk tahap perencanaan eksternal adalah perizinan kepada pihak Desa Deggungan yaitu kepada kelurahan Desa Deggungan, dan Pengurus TPA At-Taqwa.

Pada tahap pelaksanaan pengabdian masyarakat kepada anak-anak TPA At-Taqwa, metode pembelajaran yang digunakan untuk pendukung program kerja antara lain sebagai berikut:

1. Mengaji dan Membacakan Kisah Sahabat Nabi
Metode ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan anak dalam membaca Al-quran dan Mengenalkan dan juga sebagai motivasi bagi anak-anak dengan membacakan kisah sahabat Nabi yang dilakukan pada awal kegiatan sebagai pembukaan kegiatan.
2. Pretest dan Posttest
Metode pretest ini dilakukan dengan memberikan contoh sampah yang kemudian anak-anak tersebut akan memilah sampah sesuai dengan kategorinya sebelum diberikan penyuluhan. Kemudian, setelah dilaksanakan penyuluhan akan dilakukan posttest dengan metode yang sama untuk mengetahui tingkat pengetahuan anak terhadap materi yang akan telah sampaikan dan untuk mengetahui antusias anak dalam kegiatan tersebut.
3. Penyampaian Materi
Metode ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan baru kepada anak mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, agar anak dapat memahami pentingnya materi tersebut dan dapat menerapkan dalam kehidupansehari-hari.
4. Latihan atau Praktik
Metode ini dilakukan agar anak-anak dapat mempraktikkan materi yang disampaikan dengan menggunakan bantuan alat peraga yang sudah disiapkan oleh panitia. Sehingga anak-anak bisa lebih aktif berinteraksi dan bisa mengetahui apakah anak-anak bisa lebih aktif berinteraksi dan bisa mengetahui apakah anak-anak dapat menerapkan materi tersebut secara langsung.
5. Tanya Jawab
Metode ini dilakukan untuk memancing anak-anak apakah sudah memahami materi tersebut agar anak-anak dapat menggali informasi lebih lanjut dengan pemberian doorprize sebagai pemicu semangat anak-anak.

Pada **tahap akhir** adalah kegiatan monitoring dan evaluasi oleh panitia pelaksana untuk melihat dan mengetahui keberhasilan dari kegiatan ini, dilakukan dengan melihat keterlibatan dan antusiasme anak-anak di Desa Deggungan. Untuk mengetahui bagaimana keterlibatan anak-anak dalam kegiatan, dapat dilihat melalui absensi kehadiran, dan untuk mengetahui antusiasme anak dalam kegiatan dapat dilihat melalui keaktifan dan keberanian anak untuk maju ke depan untuk menjawab pertanyaan selama kegiatan

Hasil

Provinsi Jawa Tengah memiliki 29 kabupaten dan 6 kota. Salah satu kabupatennya adalah Kabupaten Boyolali. Secara administratif Kabupaten Boyolali terdiri dari 22 kecamatan, 6 kelurahan, dan 261 desa, salah satunya Desa Deggungan yang terletak di Kecamatan Banyudono. Beberapa permasalahan kesehatan yang terjadi di Desa Deggungan salah satu penyebabnya adalah kurangnya kesadaran masyarakat akan pentingnya penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari. Cara untuk mencegah agar terhindar dari permasalahan kesehatan di sana adalah dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Selain dengan rajin berolahraga dan istirahat yang cukup, asupan gizi pada makanan juga perlu diperhatikan terutama pada anak-anak.

Kabupaten Boyolali Desa Deggungan merupakan salah satu desa yang terletak di Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali, Provinsi Jawa Tengah. Luas yang dimiliki Desa Deggungan sekitar 211,49 hektar. Desa Deggungan merupakan desa yang dikelilingi oleh sawah yang sangat luas, hal ini mengakibatkan mayoritas masyarakat berprofesi sebagai petani. Pendidikan kesehatan adalah perilaku kesehatan untuk meningkatkan kualitas kesehatan anak sehingga dapat mencegah paparan penyakit dan permasalahan kesehatan pada anak di Desa Deggungan dengan penerapan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Salah satu kegiatan UKM UPPM FIK UMS dalam pengabdian masyarakat yang sudah selesai terlaksana yaitu RUBIK (Rumah Belajar Inovatif dan Kreatif) yang dilaksanakan di Desa Deggungan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali, Jawa Tengah berjalan dengan lancar sesuai dengan perencanaan awal yaitu meliputi tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap akhir. Rubik merupakan suatu kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan secara langsung terjun ke lingkungan masyarakat yang memiliki fokus utama yaitu pada anak-anak. Kegiatan ini dilakukan seminggu sebanyak dua kali selama dua minggu berturut-turut dan dilaksanakan secara bersama-sama oleh seluruh panitia. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tambahan mengenai PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) di desa binaan ini, tepatnya di Desa Deggungan, Boyolali, Jawa Tengah. Waktu pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pada tanggal 23, 24, 30 September dan 1 Oktober 2023. Metode yang digunakan dalam menjalankan program pengabdian masyarakat ini adalah edukasi dan pembimbingan. Hasil pengabdian masyarakat berjalan dengan baik dan lancar. Program yang telah dilaksanakan memberikan pelatihan kepada anak-anak tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), kebersihan kuku, edukasi pemilahan sampah, dan kegiatan untuk mengasah kreativitas anak melalui pembuatan hasta karya.

Partisipasi anak-anak dan dukungan masyarakat cukup tinggi, dimana masyarakat turut aktif dalam pelaksanaan program sehingga masyarakat dan anak-anak dapat mengambil manfaatnya dengan lebih maksimal. Alasan mendasar mengapa berfokus pada Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak, yaitu dikarenakan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dirasa sangat perlu untuk meningkatkan kesehatan tubuh pada anak agar anak tidak mudah terkena penyakit sehingga kami memberikan penyuluhan guna meningkatkan pengetahuan anak-anak Desa Deggungan mengenai pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sendiri merupakan perilaku atau tindakan mengupayakan kebersihan dan kesehatan dari kemauan diri. Perilaku ini meliputi menjaga kebersihan dan kesehatan diri sehingga berdampak pada kesehatan orang lain dan lingkungan sekitar. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) juga dapat sebagai rekayasa sosial guna mengubah kebiasaan hidup seseorang menjadi lebih bersih dan sehat dan menyebarkan kebiasaan tersebut kepada masyarakat.

Pada saat pelaksanaan anak-anak sangat bersemangat dan antusias, saat kami memberikan materi kepada anak-anak mereka sangat senang, pertama kami menjelaskan materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) lalu setelah itu kami memberikan pertanyaan dan anak tersebut menjawab dengan menggunakan permainan yaitu puzzle. Setelah menyampaikan materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), kami juga memberikan edukasi mengenai kebersihan kuku dalam bentuk praktik dengan menggunakan alat peraga terbuat dari kardus yang berbentuk tangan lalu ditempel kertas berwarna sebagai kuku, lalu setelah itu anak-anak diminta untuk menjelaskan kembali materi yang telah diberikan. Hasil yang didapat, anak dapat mempraktikkan cara memotong kuku dengan baik dan

benar serta urutan memotong kuku menurut anjuran agama islam. Berikutnya kami juga menyampaikan edukasi mengenai pengelolaan sampah yang diawali dengan *pretest* untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan anak mengenai jenis-jenis sampah. Berupa perintah untuk mengambil sampah dan mengelompokkan sesuai dengan jenisnya. Terdapat 7 anak dari 25 anak yang masih belum mengerti tentang pengelolaan sampah. Selanjutnya panitia memberikan edukasi mengenai jenis-jenis sampah serta pengelolaannya. Setelah penyampaian materi, anak-anak diminta untuk mengerjakan *posttest* kembali berupa perintah untuk mengambil sampah dan mengelompokkannya sesuai dengan jenisnya, serta memasukkan sampah tersebut ke dalam alat peraga berupa kaleng yang telah dilapisi kertas origami sesuai dengan warna jenis sampah dan mendapatkan hasil 2 anak yang belum tepat dalam memilah sampah berdasarkan kategorinya. Tujuan dari praktik yang telah diberikan tersebut agar anak tidak merasa bosan dan bisa menangkap materi yang telah kami sampaikan serta anak-anak bisa mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari. Setelah menyampaikan materi pengelolaan sampah, kami juga memberikan edukasi mengenai pentingnya meningkatkan kreativitas anak dalam bentuk pembuatan hasta karya *tye die* menggunakan *totebag* yang terbuat dari kain blacu. Pembuatan hasta karya ini diharapkan dapat mengurangi penggunaan sampah plastik pada kegiatan sehari-hari. Hasil yang didapat dari membuat hasta karya *totebag* adalah anak dapat mempraktikkan kreativitasnya diatas *totebag* dan dapat digunakan pada kehidupan sehari-hari sehingga mengurangi penggunaan sampah plastik. Setelah diadakannya penyuluhan harapan kita supaya meningkatkan pengetahuan dan menumbuhkan kesadaran anak mengenai pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), kebersihan kuku, pengelolaan sampah dan kegiatan mengasah kreativitas pada anak. Peningkatan pengetahuan anak mulai terlihat, hal itu dilihat dari cara anak mempraktikkan cara memotong kuku menurut islam, memilah sampah, dan dapat menjawab pertanyaan yang kami sampaikan serta antusias anak dalam mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir. Kegiatan penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berjalan dengan sangat baik dan kami berharap anak-anak dapat selalu mempraktikkannya dalam kegiatan sehari-hari agar penyampaian materi yang telah diberikan dapat bermanfaat dan berdampak positif untuk kedepannya.

Gambar 1. Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat





Gambar2. Post Test Memilah Sampah

Kesimpulan

Kegiatan yang dilaksanakan oleh tim pengabdian Masyarakat UKM UPPM FIK UMS melalui kegiatan RUBIK (Rumah Belajar Inovatif dan Kreatif) melakukan edukasi Kesehatan berupa perilaku pola hidup bersih dan sehat. Dengan adanya kegiatan edukasi Kesehatan ini bertujuan agar anak-anak di Desa Deggungan tertanam dalam diri mereka bahwa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat itu penting, baik bagi dirinya sendiri ataupun bagi orang lain serta lingkungan disekitarnya. Dengan dilakukannya penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Penyuluhan Kebersihan Kuku, Sosialisasi Pemilahan Sampah dan pembuatan Hasta Karya serta menerapkan bermain sambil belajar mendapatkan hasil yang diharapkan, yaitu anak-anak mampu mengimplementasikan kebiasaan-kebiasaan tersebut dalam kehidupan sehari-hari sehingga terciptanya suasana yang indah, asri, damai, dan sehat serta berdampak pada kesejahteraan anak-anak di desa Deggungan, kecamatan Banyudono, kabupaten Boyolali.

Pengakuan/Acknowledgements

Kami ucapkan terima kasih sebesar besarnya untuk Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memfasilitasi kegiatan ini serta semua pihak atas partisipasi dan kerja kerasnya dalam mendukung terlaksananya kegiatan yang dilaksanakan oleh tim pengabdian masyarakat UKM UPPM FIK UMS melalui kegiatan RUBIK (Rumah Belajar Inovatif dan Kreatif). Terima kasih kami berikan kepada pihak Desa Deggungan, kepada seluruh panitia dan kepada masyarakat dampingan (adik-adik Desa Deggungan) yang telah bersedia menjadi peserta dalam kegiatan RUBIK dan semoga ilmu yang kami sampaikan dapat menjadi ilmu yang bermanfaat bagi adik-adik semuanya.

Daftar Referensi

- Khaironi, M. (2018). Perkembangan anak usia dini. *Jurnal Golden Age*, 2(01), 01-12. Kementrian Kesehatan RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*, Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- La Ode Anhusadar, Islamiyah. (2021). "Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19". *Jurnal Obsesi*. Vol. 5.
- Novitasari, Yesi, and Heleni Filtri. (2018). "Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Kegiatan Cuci tangan pakai Sabun pada pendidikan anak usia dini," 6.
- Uyu, & Mubiar. (2011). *Penilaian Perkembangan Anak Usia Dini*. Bandung: Refika Aditama
- WHO. (2015). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Masyarakat*.