

**PKK Group Assistance Through Counseling on Optimizing Clean and Healthy Lifestyles for Early Childhood Education Cadres in Sanca Village, Ciater District, Subang Regency**

**Nina Kurniasih<sup>1</sup>, Andre Ariesmansyah<sup>2\*</sup>, Nur Fitriani Arningsih<sup>3</sup>, Danti Nuracti Komarudin<sup>4</sup>**  
Pasundan University

**ABSTRACT:** PAUD has an important role in improving the quality of early childhood education services, because it is considered a symbol in the national movement for quality early childhood education. Clean, healthy and well-nourished behavior is one of the main ways in establishing a foundation that makes children healthy and not easily sick. Four healthy five perfect is a term that is very often used for children, it is related to nutrition for children. Lack of knowledge and lack of awareness of the importance of implementing PHBS. Parents who smoke in the house, the number of piles of garbage that become a nest of disease, Taking hygiene and health problems trivially. The expected solution is to increase knowledge and understanding of Clean and Healthy Behavior (PHBS) and Balanced Nutrition for children in PAUD, provide socialization by inviting expert resource persons to explain about Healthy Living Behavior and Balanced Nutrition for children. So that partners can implement a healthy life in the PAUD environment. The approach method used to overcome the problems faced by partners is through outreach activities, training or counseling, and consultation. An active participatory approach that is carried out between the implementing team and partners on an ongoing basis and plays an active role in providing assistance and coaching. Based on the results of the pretest, cadres' knowledge of PHBS during the pandemic had an average value of 56.6 with the topic of knowledge about PHBS and the importance of balanced nutrition, the posttest results showed an increase in knowledge to 63 from the previous 56.6. Nearly 85% of participants in the PHBS material and the importance of balanced nutrition for health have very good knowledge.

**Keywords:** Mentoring, PAUD, Clean and Healthy Lifestyle.

## **Pendampingan Kelompok PKK Melalui Penyuluhan Optimalisasi Pola Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Kader PAUD di Desa Sanca Kecamatan Ciater Kabupaten Subang**

**Nina Kurniasih<sup>1</sup>, Andre Ariesmansyah<sup>2\*</sup>, Nur Fitriani Arningsih<sup>3</sup>, Danti Nuracti Komarudin<sup>4</sup>**

Pasundan University

**ABSTRAK:** PAUD memiliki peran penting dalam meningkatkan mutu pelayanan pendidikan anak usia dini, sebab dinilai sebagai simbol dalam gerakan nasional PAUD berkualitas. Perilaku hidup bersih sehat dan cukup gizi merupakan salah satu cara pokok dalam mendirikan pondasi yang menjadikan anak sehat dan tidak mudah sakit. Empat sehat lima sempurna merupakan istilah yang sangat sering disebut bagi anak-anak, hal ini berkaitan dengan gizi bagi anak. Minimnya pengetahuan dan kurangnya kesadaran akan pentingnya penerapan PHBS. Orang tua yang merokok didalam rumah, Banyaknya timbunan sampah yang menjadi sarang penyakit, Menganggap sepele masalah kebersihan dan kesehatan. Solusi yang di harapkan Peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dan Gizi Seimbang untuk anak-anak di lingkungan PAUD, Memberikan sosialisasi dengan mengundang narasumber ahli untuk menjelaskan tentang Perilaku Hidup Sehat dan Gizi Seimbang untuk anak. Agar mitra dapat menerapkan kehidupan yang sehat di lingkungan PAUD. Metode pendekatan yang digunakan untuk mengatasi persoalan yang dihadapi mitra adalah melalui kegiatan sosialisasi, pelatihan atau penyuluhan, dan konsultasi. Pendekatan partisipatif aktif yang dilakukan antara tim pelaksana dengan mitra secara berkelanjutan dan berperan aktif untuk melakukan pendampingan dan pembinaan. Berdasarkan hasil pretes, pengetahuan kader akan PHBS pada masa pandemi memiliki nilai rata-rata 56,6 dengan topik pengetahuan tentang PHBS dan pentingnya gizi seimbang, hasil posttest, terjadi peningkatan pengetahuan menjadi 63 dari sebelumnya 56,6. Hampir 85% peserta pada materi PHBS dan pentingnya gizi seimbang bagi kesehatan memiliki pengetahuan yang sangat baik.

**Kata Kunci:** Pendampingan, PAUD, Pola Hidup Bersih dan Sehat.

Submitted: 01-06-2022.; Revised: 12-06-2022; Accepted: 22-06-2022

Correspondence : andre.ariesmansyah@unpas.ac.id

## PENDAHULUAN

Pendidikan anak usia dini merupakan pendidikan pembinaan yang ditujukannya bagi anak sejak lahir sampai dengan usia enam tahun, yang dilakukan melalui pemberian rangsangan Pendidikan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani agar anak memiliki kesiapan dalam memasuki Pendidikan lebih lanjut. Pendidikan dalam paud ini menitikberatkan pada peletakan dasar ke arah pertumbuhan dan enam perkembangan : agama, moral, fisik motorik, kognitif, bahasa, sosial-emosional, dan seni. Tujuan utama paud yakni untuk membentuk anak Indonesia yang berkualitas, yaitu anak yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan tingkat perkembangannya sehingga memiliki kesiapan yang optimal didalam memasuki Pendidikan dasar serta mengarungi kehidupan pada masa dewasa.

Perilaku hidup bersih sehat dan cukup gizi merupakan salah satu cara pokok dalam mendirikan pondasi yang menjadikan anak sehat dan tidak mudah sakit. Empat sehat lima sempurna merupakan istilah yang sangat sering disebut bagi anak-anak, hal ini berkaitan dengan gizi bagi anak. Cukup gizi atau gizi seimbang adalah susunan asupan makanan sehari-hari berdasarkan jenis dan jumlah zat gizinya disesuaikan dengan kebutuhan harian tubuh.

Kelompok PKK tingkat kewilayahan yang beralamatkan di Desa Sanca, Kecamatan Ciater Kabupaten Subang, Jawa Barat menjadi calon mitra bagi kegiatan ini. Permasalahan yang diangkat yakni mengoptimalkan pola hidup bersih, sehat dan cukup gizi bagi anak-anak.

Permasalahan ini Tim mendiskusikan bersama untuk dapat memberikan gerakan yang bermanfaat dalam mensukseskan keinginan mitra yakni hal pengoptimalan kehidupan sehat bersih dan cukup gizi di lingkungan PAUD. Permasalahan ini tentunya membutuhkan pihak yang dapat menopang sebagai pondasi tidak hanya bagi orang tua, dan tenaga pendidik saja, tetapi elemen masyarakat lain tentunya juga sangat dibutuhkan, karena permasalahan ini yakni masalah bersama, bersama dalam arti bahwa anak-anak merupakan aset bagi bangsa ini, mengharapkan kemajuan dan cita-cita bangsa dapat terwujud tentunya membutuhkan generasi yang sehat dan tahan atas segala kondisi yang memicu kesehatan. Ditambah dengan adanya pandemi saat ini, membuat hal ini perlu cepat didorong dalam pelaksanaannya, sebelum terlambat dan menjadi keburukan.

Harapannya dengan program ini, para orang tua dapat mengetahui, mengerti dan memahami tentang pengoptimalisasian perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang bagi keluarga terutama anaknya, dan dapat diterapkan dalam kehidupan mereka sehari-hari sehingga kelak menghasilkan anak-anak

yang bergizi baik dan memiliki pola hidup sehat dan kebersihan yang terjaga, dan tentunya mampu menjadi generasi muda generasi penerus bangsa yang unggul dan memberi sumbangsih bagi kemajuan bangsa Indonesia.

Pada kegiatan PKM di Kelompok PKK Desa Sanca ini, pelaksanaannya tim akan melakukan kegiatan yang didasarkan pada beberapa metode, target luaran yang diharapkan dalam kegiatan ini, yakni untuk menciptakan lingkungan yang sehat bersih bagi anak-anak, serta agar anak-anak memiliki gizi yang baik untuk pertumbuhannya.

Masalah mitra merasa perlu dilakukan program pemberdayaan kepada mitra berupa pengoptimalisasian perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang, agar orang tua dapat lebih menyadari serta menerapkan pola kehidupan yang lebih baik bagi kesehatan keluarga terutama anak-anaknya. Sedangkan hal yang menjadi prioritas dalam program kemitraan masyarakat ini adalah proses pemberdayaan kader PAUD di Desa Sanca berupa pemberian penyuluhan terkait Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dan Gizi Seimbang.

## **PELAKSAAN DAN METODE**

Tahapan kegiatan Program Kemitraan Masyarakat berupa program optimalisasi perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang pada Kelompok PKK di Desa Sanca Kecamatan Ciater Kabupaten Subang, yaitu sebagai berikut.

### **Tahap Persiapan**

#### **Tahap 1**

Pada tahap 1 dilakukan dengan proses tanya jawab dengan mitra yaitu guru paud dan orang tua murid untuk diskusi mengenai materi sosialisasi atau pelatihan yang akan dilakukan, yaitu mengenai Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dan Gizi Seimbang, dalam kegiatan ini diberikan pula beberapa contoh kasus atau simulasi dalam kaitannya bagaimana cara atau solusi dari mitra sebagai tenaga pendidik dalam mendidika dan mengajarkan masalah berkaitan dengan materi, mitra diberikan kesempatan untuk memberikan pendapatnya. Hal ini dilakukan sebagai cara untuk melakukan penilaian atau observasi awal permasalahan.

#### **Tahap 2**

Tahap 2 ini adalah tahap tes awal (pre test) untuk menilai sejauhmana kemampuan mitra dalam pemahaman dan pengetahuannya berkaitan materi yang akan diberikan yaitu mengenai Optimalisasi Perilaku Hidup Bersih Sehat dan Gizi Seimbang pada Kelompok PKK di Desa Sanca

#### **Tahap Pelaksanaan**

Pada tahap pelaksanaan kegiatan, isinya berupa kegiatan sosialisasi, pelatihan, penyuluhan pendampingan dan pembinaan serta konsultasi tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat dan Gizi Seimbang. Dalam tahap ini materi yang diberikan yaitu:

Tahap 1 Pengetahuan, yaitu memberikan informasi dan pengetahuan kepada mitra tentang bagaimana Perilaku Hidup Bersih Sehat dan Gizi Seimbang beserta karakteristik serta kelebihan dan kekurangan dari perilaku hidup bersih tersebut.

Tahap 2 Pemahaman, yaitu memberikan pemahaman kepada tenaga pendidik dalam memilih dan memilih pendekatan. Sehingga tenaga pendidik dan orang tua dapat berjalan bersama dalam mengoptimalkan hidup bersih sehat dan gizi seimbang.

Tahap 3 Diskusi dan Tanya Jawab, pada tahap ini mitra diberikan kesempatan untuk berkonsultasi atau bertanya serta menyampaikan pendapatnya berkaitan dengan permasalahan Perilaku Hidup Bersih Sehat dan Gizi Seimbang yang dilakukan dalam aktivitas sehari-hari, kerap muncul dilapangan dan tim pengabdian memberikan solusi.

Tahap 4 Simulasi, Pada tahap ini mitra diberikan semacam kegiatan praktek atau simulasi terkait beberapa contoh atau studi kasus tentang permasalahan atau situasi dan kondisi tertentu yang seringkali dilakukan setiap harinya. Tujuannya agar mitra memiliki gambaran yang jelas, sehingga ketika pada nantinya dalam mengasuh anaknya mitra dapat mengimplementasikan hasil program ini.

Tahap 5 Praktek, Pada tahap ini, setelah mitra diberikan kegiatan sosialisasi, pelatihan, penyuluhan pendampingan dan pembinaan serta konsultasi tentang perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang, mitra melakukan praktek langsung dalam kehidupannya sehari-hari. Artinya pada tahap ini tim pengabdian memberikan kesempatan kepada mitra untuk langsung mengimplementasikan hasil kegiatan program kepada anaknya dalam jangka waktu tertentu kurang lebih 3-4 minggu.

Tahap 6 Test Akhir (Post Test), yang merupakan tahap penilaian akhir setelah mitra diberikan kegiatan dan praktek langsung. Test ini berupa pemberian kuesioner. Tujuannya adalah untuk menilai apakah hasil kegiatan sesuai target atau tidak, dimana target yang harus dicapai adalah 70%. Artinya tiap orang mitra dalam hal ini kader Posyandu minimal harus memiliki nilai akhir 70% dari total nilai 100 yaitu nilai 70. Metode pendekatan yang digunakan untuk mengatasi persoalan yang dihadapi mitra adalah melalui kegiatan sosialisasi, pelatihan atau penyuluhan, dan konsultasi. Kemudian dilakukan pula pendekatan partisipatif aktif yang dilakukan antara tim pelaksana dengan mitra secara berkelanjutan dan berperan aktif untuk melakukan pendampingan dan pembinaan. Metode pendekatan pertama yaitu pemberian angket kepada mitra untuk

mengetahui sejauhmana pemahaman dan pengetahuan mitra tentang perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang, metode pertama pemberian tes awal melalui angket untuk mengetahui pengetahuan dan pemahaman awal mitra tentang perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang yang tepat dari lingkungan paud setia mandiri kepada anak muridnya. Selanjutnya metode pendekatan yang kedua adalah sosialisasi yang didalamnya terdapat program penyuluhan, pembinaan dan pendampingan serta diskusi tentang perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang, metode terakhir adalah tes akhir untuk menilai apakah terjadi peningkatan pemahaman dan pengetahuan mitra tentang perilaku hidup bersih sehat dan gizi seimbang yang tepat kepada anak usia dini setelah sebelumnya diberikan tes awal dan kegiatan sosialisasi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan sosialisasi Penerapan PHBS di desa sanca untuk para kader PAUD di terima dengan baik hal tersebut meliputi selalu mencuci tangan dengan baik dan benar dengan menggunakan sabun serta dilakukan pada air mengalir atau menggunakan handsanitizer, selalu memakai masker dengan benar saat berada diluar ruangan atau bersama dengan orang lain, selalu menutup mulut dan hidung saat bersin dengan menggunakan tisu ataupun lengan atas bagian dalam, jaga jarak 1-2 meter, menghindari kerumunan atau berkumpul, jika dari luar segera mandi dan ganti pakaian, dan selalu menjaga kebersihan lingkungan di dalam dan di sekitar rumah.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dihadiri oleh 10 kader dengan protokol kesehatan yang ketat. Selama kegiatan berlangsung, kader sangat antusias dalam menyimak edukasi yang ditampilkan dalam bentuk presentasi power point dan Mereka juga interaktif dalam berdiskusi. Pelaksanaan kegiatan dimulai jam 10.00 - 12.00. Mengingat protokol kesehatan, pelaksanaan dilaksanakan dengan waktu yang sesingkat-singkatnya dan menjaga jarak antara peserta satu dengan peserta lain. Adapun dokumentasi dapat dilihat pada gambar 2



## Gambar 2. Sosialisasi PHBS di Desa Sanca

Berdasarkan hasil pretes, pengetahuan kader akan PHBS pada masa pandemi memiliki nilai rata-rata 56,6 dengan topik pengetahuan tentang PHBS dan pentingnya gizi seimbang pada lingkungan PAUD di kira cukup memahami, terlihat para kader PAUD memberikan respon yang baik dengan bertanya dan menanyakan langkah solutif bagi anak dan orang tua terkait PHBS bagi anak usia dini. Mitra Sangat Kooperatif hal ini ditunjukkan dalam partisipasinya, dengan memberikan keterangan - keterangan, data - data kepada tim, dan informasi mengenai eksisting usahanya. Begitu juga pada saat tim merencanakan waktu dan tempat kegiatan pelatihan, bimbingan dan pendampingan, kedua mitra dengan antusias memberikan alternatif tempat dan waktu kegiatan.

Berdasarkan hasil posttest, terjadi peningkatan pengetahuan menjadi 63 dari sebelumnya 56,6. Hampir 85% peserta pada materi PHBS dan pentingnya gizi seimbang bagi kesehatan memiliki pengetahuan yang sangat baik. Hal ini mengindikasikan bahwa pengabdian yang dilaksanakan efektif dan sesuai dengan data sebelumnya bahwa Promosi kesehatan dalam bentuk penyuluhan secara terus menerus dapat memberikan pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap PHBS.

### **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Terdapat peningkatan pengetahuan tentang pentingnya PHBS pada anak usia dini dan Protokol kesehatan dalam rangka pelaksanaan Gerakan masyarakat sehat, selanjutnya di perlukan bina suasana lingkungan bagi orang tua untuk dapat menyamakan persepsi terkait pentingnya PHBS di lingkungan pertama anak yakni lingkungan rumah dan perilaku orang tua terhadap anak memberikan contoh pentingnya PHBS secara berkelanjutan.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kepada kelompok kader PAUD di Desa Sanca Desa Sanca K abupaten Subang yang sudah berkenan menjadi mitra dalam PKM kami semoga dapat memberikan hal manfaat untuk lingkungan desa sanca.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adawiah, Rabiatur. 2017. "Pola Asuh Orang Tua dan Implikasinya terhadap Pendidikan Anak: Studi pada Masyarakat Dayak di Kecamatan Halong Kabupaten." *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan* Volume 7, Nomor 1: 34.
- Beranda Agency dan Tridhonanto et al. 2014. *Mengembangkan Pola Asuh Demokratis*. Jakarta: Gramedia.
- Casmini. 2007. *Emotional Parenting. Dasar-dasar Pengasuhan Kecerdasan Emosi Anak*. Yogyakarta: Pilar Media.
- Djamarah. 2014. *Pola Asuh Orang Tua Dan Komunikasi Dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Gunarsa, Singgih. 2002. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.

- Paul Hersey dan K. Blanchard. 1995. *Manajemen Perilaku Organisasi: Pendayagunaan Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Erlangga.
- Rahman, Ulfiani. 2009. "Karakteristik Perkembangan Anak Usia Dini." *Lentera Pendidikan* Volume 12 No.1 .
- Rosyadi. 2013. Rosyadi. (Jakarta). *Pendidikan Islam Dalam Pembentukan Karakter Anak Usia Dini (Konsep Praktek Paud Islam)*. Jakarta: Raja Wali.
- Sochib, Moch. 2000. *Pola Asuh Orang Tua Dalam Membantu Anak Mengembangkan Disiplin Diri*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Stewart dan Koch. 1983. *Children Development Thought Adolescence*. Canada: John Wiley & Son.