



JPM

Jurnal Pengabdian Masyarakat

Jurnal Pengabdian Masyarakat Dharma Andalas

Vol.01 No.01(2022)

<http://jurnal.unidha.ac.id/index.php/JPM>

E-issn :

<https://doi.org/10.47233/jpmda.v1i1.546>

PENDAMPINGAN PROGRAM PHBS BAGI ANGGOTA PMR MULA DI SDN SUKABUMI 2 PROBOLINGGO

Ani Anjarwati¹, Ryzca Siti Qomariyah², Putri Fatimattus Az Zahra³, Dita Refani Putri⁴, Adenita Faradilla⁵

Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Panca Marga

*e-mail: anianjarwati.upm@gmail.com¹, ryzca.upm@gmail.com², pfatimattusazzahra@gmail.com³, dita90604@gmail.com⁴, adenlala10@gmail.com⁵

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior or PHBS is a conscious application of behavior as a result of learning to enable individuals to provide help to themselves and the surrounding community in the health sector. One of the efforts implement PHBS is to wash hands before and after doing activities. The socialization was carried out at Sukabumi 2 Elementary School with the subjects of grade IV and V students to promote PHBS as an effort to prevent disease. Activities are carried out in elementary schools because at this level it is considered necessary to understand more deeply about their lifestyle. In the implementation of socialization using the "Community Education" and "Practicum" methods because the implementers provide new knowledge about PHBS and directly practice behaviors that reflect PHBS, namely washing hands properly. The students have quite understood the material because in this school the school's residents are aware of taking care of themselves and their environment.

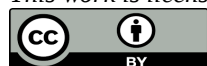
Keywords: *Clean and Healthy; effort*

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan penerapan perilaku yang secara sadar sebagai hasil pembelajaran membuat individu dapat memberikan pertolongan pada diri sendiri dan masyarakat sekitar di bidang kesehatan. Salah satu upaya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan mencuci tangan sebelum dan sesudah melakukan kegiatan. Sosialisasi dilaksanakan di SDN Sukabumi 2 dengan subjek siswa-siswi kelas IV dan V untuk mempromosikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai upaya pencegahan penyakit. Kegiatan dilaksanakan di Sekolah Dasar karena pada tingkatan ini dianggap sudah perlu memahami lebih dalam untuk pola hidupnya. Dalam pelaksanaan sosialisasi menggunakan metode "Pendidikan Masyarakat" dan "Praktikum" karena pelaksana memberikan pengetahuan baru mengenai PHBS dan secara langsung mempraktikkan perilaku yang mencerminkan PHBS yaitu mencuci tangan dengan benar. Siswa-siswi SDN Sukabumi 2 sudah cukup memahami materi karena di sekolah ini warga sekolahnya sudah sadar untuk menjaga diri dan lingkungannya.

Kata kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Upaya

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license



1. PENDAHULUAN

Pendidikan suatu komponen penting dari tindakan untuk peningkatan terhadap kesehatan dan pencegahan wabah penyakit saat ini. Pendidikan kesehatan sebagai wadah pengajaran dalam lingkup kesehatan fisik, mental, emosional dan sosial yang dapat meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan serta sebuah sikap yang positif pada peserta didik tentang kesehatan. Sosialisasi dilakukan guna promosi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

sebagai benteng dalam rangka pencegahan kejadian penyakit yang dapat dilakukan melalui tingkatan Sekolah Dasar yang dianggap sudah perlu pengenalan lebih dalam. Hal ini berimplikasi terhadap motivasi peserta didik guna meningkatkan dan menjaga kesehatan, mencegah penyakit, serta pengurangan perilaku berisiko.

Sekolah tidak hanya sebagai pusat pendidikan dalam pembelajaran akademik, akan tetapi juga sebagai sarana yang memberi dukungan terhadap penyediaan pendidikan dan pelayanan kesehatan terpenting. Sekolah ini suatu Lembaga yang peranannya sangat penting dalam membentuk perilaku peserta didik. Pendidikan kesehatan di sekolah merupakan suatu hal sangat penting pada penggabungan pengalaman belajar yang dirancang untuk membantu individu dan masyarakat guna peningkatan kesehatan, dengan mengembangkan pengetahuan atau mempengaruhi sikap masing-masing individu dalam pelaksanaan upaya pola hidup sehat (WHO 2018 dalam jurnal DIKRIANSYAH, 2018)

Berkembangnya penyakit yang sering menyerang anak dalam usia sekolah, ternyata umumnya karena kurangnya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sekolah selain fungsinya sebagai tempat pembelajaran juga penyebab tumbuhnya ancaman penularan penyakit jika dalam pengelolaannya kurang tepat. Usia anak sekolah ini usia yang sangat rentan terkena penyakit. Sehingga, penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilaksanakan melalui pendekatan dengan PMR (Palang Merah Remaja) yang merupakan binaan dari PMI (Palang Merah Indonesia) setempat.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah adalah upaya pemberdayaan terhadap peserta didik, pendidik, dan masyarakat lingkungan sekolah guna pengetahuan, memiliki kemauan, dan mampu menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, serta peranan aktif dalam perwujudan sekolah sehat. Indikator PHBS di sekolah seperti penerapan mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan menggunakan sabun, konsumsi makanan sehat di kantin sekolah, penggunaan jamban bersih dan sehat, olahraga dengan teratur dan terukur, serta mampu mengelola dan membuang sampah pada tempatnya.

PMR merupakan Palang Merah Remaja yang dibentuk oleh Palang Merah Indonesia (PMI), yang disebut sebagai perhimpunan nasional Indonesia bergerak dalam dibidang sosial kemanusiaan. PMR Mula merupakan kumpulan dari para anggota dengan tingkatan pelajar Sekolah Dasar dan usia anggotanya 10-12 tahun. PMR memiliki Tri Bhakti dengan perwujudan dalam meningkatkan keterampilan hidup sehat. Harapan anggota PMR ini dapat melakukan Promosi guna perwujudan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di lingkungan sekolah. PMI juga memiliki program Sekolah Sehat sehingga dari hal tersebut terdapat peranan PMR dalam pelaksanaan serta perwujudan kesehatan di lingkungan sekolah.

2. METODE

Metode yang digunakan dengan "Pendidikan Masyarakat". Yang tujuan sarannya melaksanakan kegiatan sosialisasi di SDN Sukabumi 2 yang berlokasi di Jl. Dr. Moch Saleh No.28, Sukabumi, Kec. Mayangan, Kota Probolinggo, Jawa Timur 67219 dengan kegiatan pengenalan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Sasaran utama kami pada peserta didik yang dianggap perlu untuk memahami sehingga mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Selain dengan metode tersebut, pelaksana juga menggunakan metode "Pelatihan" karena peserta didik diminta untuk menerapkannya secara langsung cara mencuci tangan dengan benar.

Pelatihan tersebut agar peserta didik memaknai dan memahami penerapan PHBS di SDN Sukabumi 2, selanjutnya menggunakan metode "praktikum" setelah melakukan pelatihan tentang materi PHBS, peserta didik diarahkan untuk bergerak melakukan langkah langkah mencuci

tangan dengan benar dan membuang sampah pada tempatnya. peserta didik aktif dalam melaksanakan praktek langsung di lapangan. Sehingga ada manfaat PHBS disekolah menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar pada siswa, guru hingga masyarakat.

Beberapa kegiatan yang dilakukan sebelum pelaksanaan sosialisasi, antara lain: 1) observasi terhadap sekolah guna mendapatkan informasi penting mengenai pemahaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah; 2) diskusi dengan guru pendidik mengenai kelemahan peserta didik dalam penerapan PHBS; 3) diskusi tim pelaksana dengan pihak sekolah; 4) konsultasi pada kepala sekolah untuk meminta perizinan agar dapat melaksanakan pelatihan secara tatap muka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Program sosialisasi Tri Bakti ini dilaksanakan selama 2 minggu pada tanggal 18 Maret 2022 mulai dari persiapan hingga penyusunan laporan. Persiapan dilaksanakan pada tanggal 18 Maret 2022 melalui koordinasi dengan Ketua Tri Bakti dari masing-masing kelompok besar. Pelaksanaan Tri Bakti dengan tujuan untuk mengetahui dan menerapkan perilaku PHBS di SDN Sukabumi 2 Probolinggo.

Kegiatan tersebut mendapat respon dan dukungan yang baik oleh pihak sekolah. Rancangan kegiatan untuk dijadikan bahan rekomendasi kepada pihak sekolah yang meliputi pemberian materi, pelatihan serta simulasi tentang PHBS kepada peserta didik. Dalam hal ini dipilih target peserta PMR Mula, yaitu PMR pada tingkat Sekolah Dasar. Sehingga pada kesempatan ini kelompok Tri Bakti yang terdiri mahasiswa/i Universitas Panca Marga Program Studi PGSD melaksanakan sosialisasi PPMR kepada peserta didik di SDN Sukabumi 2 dalam upaya agar lebih mencintai kebersihan untuk bekal kesehatan diri dan lingkungan sekitar. Dari kegiatan ini kita dapat melihat bagaimana peserta didik SDN Sukabumi 2 Probolinggo dalam menjaga kebersihan lingkungan dan dirinya sendiri sebagai bentuk mencegah sebelum terlambat.

Pada tanggal 24 Maret 2022, ketua pelaksana memberikan surat izin dari kampus Universitas Panca Marga kepada pihak kepala sekolah dengan maksud dan tujuan melakukan sosialisasi Tri Bakti dengan Tema PHBS. Pelaksana Tri Bakti ini sudah mempersiapkan perlengkapan untuk penunjang acara pelatihan yakni materi yang disampaikan kepada peserta didik, makanan dan minuman sehat, sabun cair, dan cinderamata. Pelaksanaan Pelatihan sosialisasi Tri Bakti dilaksanakan pada tanggal 29 Maret 2022 yang dihadiri oleh 40 peserta didik.

Sesi ini diawali dengan diskusi permasalahan yang dihadapi oleh peserta didik dalam salah satu perilaku hidup bersih dan sehat atau PHBS, contohnya seperti kebiasaan mencuci tangan bahwasanya budaya cuci tangan harus diajarkan sejak dini. Pelaksana memberikan contoh cara mencuci tangan dengan baik dan benar sehingga ada respon baik dari peserta didik. Selain mencuci tangan, pemateri menjelaskan pentingnya membuang sampah sembarangan, menggunting kuku ketika panjang, pentingnya lingkungan sehat, dan membentuk kebiasaan baik.

Setelah paparan sudah dijelaskan oleh pemateri apa itu PHBS dan pentingnya kesehatan lingkungan. Peserta didik diberikan sebuah pertanyaan untuk memberikan argumen tentang gambar lingkungan yang tidak sehat dan kotor. Dari beberapa peserta didik mereka dapat memahami dengan baik materi pemaparan yang disampaikan. Selanjutnya peserta didik langsung melakukan simulasi tentang bagaimana mencuci tangan dengan baik dan benar. Pemateri memberikan contoh terlebih dahulu tentang 7 langkah mencuci tangan yang benar sehingga peserta didik harus memperagakan 7 langkah cuci tangan tersebut.

Adapun 7 langkah mencuci tangan menurut WHO: (1) Basahi kedua telapak tangan sampai pertengahan lengan dengan memakai air yang mengalir, ambil sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara perlahan; (2) Usap dan gosok kedua punggung tangan secara bergantian; (3) Gosoklah sela jari jari tangan hingga bersih; (4) Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan mengatupkan; (5) Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian; (6) Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan; (7) Bersihkan kedua pergelangan tangan secara bergantian dengan cara memutar, kemudian bilas seluruh bagian tangan dengan air bersih yang mengalir lalu keringkan memakai handuk atau tisu.

Diharapkan peserta didik bisa menerapkan cuci tangan dengan benar dimanapun dan kapanpun. Selain itu peserta didik diajarkan membuang sampah pada tempatnya responnya ada beberapa siswa yang masih membuang sampah sembarangan. Peserta PMR Mula terlihat antusias dan tertarik dengan metode pemberian materi yang telah diberikan pada kesempatan tersebut. Berikut hasil angket tentang pelatihan hasil sosialisasi dengan judul pentingnya PHBS bagi anggota PMR Mula.

Berdasarkan hasil angket yang telah dilakukan bahwa 87,5% peserta didik sudah bisa memahami pengetahuan langkah langkah mencuci tangan dengan air bersih dan memakai sabun. Diharapkan peserta didik dapat menerapkan pengetahuan dan mengaplikasikannya untuk dirinya sendiri. Selanjutnya pengetahuan kebersihan kuku 75% dalam artian bahwasanya mayoritas siswa masuk kedalam kategori cukup. Hal yang menyebabkan peserta didik kurang menyadari bahwa kuku yang panjang adalah kuku yang banyak menyimpan bakteri. Oleh karena itu guru harus mampu memberikan pengetahuan kepada peserta didik karena kebersihan kuku merupakan salah satu agar terhindar dari penyakit cacingan dan diare.

Pengetahuan peserta didik tentang upaya membuang sampah pada tempatnya di sekolah berada pada nilai 80% sudah baik sehingga peserta didik bisa mengetahui cara mengelola, dampak sampah, dan manfaatnya membuang sampah pada tempatnya. Selanjutnya mengonsumsi makanan dan minuman sehat hasil survei mencapai 62,5% mayoritas sebagian peserta didik tidak mengonsumsi makanan sehat karena mereka suka pada jajanan luar yang menarik dan tidak begitu higienis hal ini berdampak pada kesehatan dirinya. Oleh karena itu guru dan orang tua harus mengedukasi mereka tentang makanan sehat dan yang bergizi.

Terakhir pengetahuan tidak merokok dikelas survei membuktikan 100% peserta didik tidak merokok, karena hal ini membahayakan kesehatan diri sendiri dan orang lain. Jadi diharapkan anggota PMR mula di SDN Sukabumi 2 Probolinggo mampu menerapkan pengetahuan tentang PHBS di sekolah. Setidaknya pengetahuan yang dimiliki dapat diterapkan untuk mendapatkan hidup sehat yang baik khususnya dalam menjaga kebersihan pribadi sehingga akan dapat menimbulkan keadaan yang nyaman untuk belajar.

Tabel dan Gambar

No	Uraian Indikator PHBS	Ya (siswa)	Tidak (siswa)	Prosentase
1.	Mencuci tangan dengan air bersih dan memakai sabun	35	5	87,5%
2.	Pengetahuan kebersihan kuku	30	10	75%
3.	Membuang sampah pada tempatnya	32	8	80%
4.	Mengonsumsi makanan dan minuman sehat	25	15	62,5%
5.	Tidak merokok di kelas	40	0	100%

Tabel 1. Data Hasil Penelitian



Gambar 1. Proses pemberian materi



Gambar 2. Mencuci tangan



Gambar 3. Pemberian cinderamata

4. KESIMPULAN

Tujuan pelaksanaan Tri Bakti kepada peserta didik SDN Sukabumi 2 diharapkan dapat menumbuhkan rasa peduli dan kesadaran terhadap kebersihan diri agar terhindar dari penyakit. Menanamkan kebiasaan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan dengan baik dan benar sesuai dengan penerapan 7 langkah mencuci tangan menurut WHO. Kegiatan ini menargetkan usia PMR Mula sehingga bisa tercapai dengan dilihat dari peningkatan terhadap pemahaman dan penerapan program hidup bersih dan sehat bersama peserta didik SDN Sukabumi 2 yang merupakan model untuk teman sebayanya agar dapat menerapkan di lingkungan sekitarnya.

Berdasarkan hasil angket tentang hasil sosialisasi dalam kegiatan Tri Bakti dengan pentingnya penerapan PHBS kepada peserta didik tingkat PMR Mula di SDN Sukabumi 2, diketahui bahwa 87,5% peserta didik telah memahami cara mencuci tangan dengan baik dan benar. Sedangkan pengetahuan kebersihan kuku 75% peserta didik masih belum sepenuhnya belum menyadari kebersihan kuku. Kemudian dari survei tentang pentingnya membuang sampah pada tempatnya tercatat 80% peserta didik sudah memahami sepenuhnya dampak membuang sampah dan manfaat membuang sampah pada tempatnya. Selanjutnya tercatat 62,5% peserta didik sudah mulai mengonsumsi makanan dan minuman sehat. Dari hasil survei yang terakhir kami tentang penggunaan rokok pada usia anak dibawah umur terhadap peserta didik di SDN Sukabumi 2 tercatat 100% tidak ada peserta didik yang merokok di kelas maupun di wilayah lingkungan sekolah.

Dengan demikian hasil dari survei dalam pelaksanaan kegiatan Tri Bakti di SDN Sukabumi 2 secara keseluruhan sudah berhasil dicapai karena peserta didik memahami dan dapat menerapkan PHBS baik di lingkungan sekitar. berdasarkan dari hasil survei di awal, peserta didik masih kurang pengetahuan tentang pentingnya penerapan PHBS di lingkungan sekolah. Penanaman pemahaman tentang PHBS sangat penting dilakukan di sekolah yang menjadikan nilai mutlak dengan melakukan pendekatan melalui PMR sebagai salah satu bentuk kegiatan Tri Bakti PMR, yaitu Sanitasi dan Kesehatan.

Setelah diberikan pemaparan dan treatment berupa pelatihan, akhirnya peserta didik mampu meningkatkan pemahaman dan penerapan PHBS di wilayah lingkungan sekolah. PMR Mula yang menjadi awal dasar untuk bisa diberikan pemahaman secara keseluruhan bagaimana PHBS di lingkungan sekolah dan sebagai bagian dari generasi penerus PMI yang ikut serta dalam menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat sehingga membuat proses kegiatan belajar mengajar di lingkungan sekolah menjadi nyaman dan terhindar dari gangguan dan ancaman penyakit.

DAFTAR PUSTAKA

- DIKRIANSYAH, F. (2018). WHO Health 2018. In *Biomass Chem Eng* (Vol. 3, Issue 2).
http://journal.stainkudus.ac.id/index.php/equilibrium/article/view/1268/1127%0Ahttp://publicacoes.cardiol.br/portal/ijcs/portugues/2018/v3103/pdf/3103009.pdf%0Ahttp://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-75772018000200067&lng=en&tlng=
- Wahyuningtyas, E. S., & Handayani, E. (2019). Pendampingan Program Phbs Bagi Anggota Palang Merah Remaja (Pmr) Madya Di Wilayah Binaan Pmi Kota Magelang. *Jurdimas (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Royal*, 2(2), 161–168.
<https://doi.org/10.33330/jurdimas.v2i2.337>