

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK-ANAK DI YAYASAN AL-KAMILAH

Aulia Nurdianti¹, Dika Prasetyo², Futu Dauliyah Sani³, Wita Cantika Rila Zety⁴

^{1,2,3,4}Sarjana Akuntansi, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Pamulang

E-Mail: ¹aulianurdianti02@gmail.com, ²mugenseiki809@gmail.com, ³futusani56@gmail.com,
⁴witacantika41@gmail.com

Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat Universitas Pamulang melakukan salah satu kegiatan penyuluhan mengenai “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)” kepada anak-anak Yayasan Al-Kamilah, untuk meningkatkan kesadaran mengenai pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan tempat tinggal. Beberapa bulan kebelakang ini masyarakat Depok khususnya anak-anak di resahkan dengan penyakit yang membahayakan Kesehatan, sehingga dapat menyebabkan kematian dan sudah memakan banyak korban. Tercatat, sepanjang Februari 2022 ada 207 kasus warga terjangkit DBD dan satu pasien meninggal. Kepala Dinas Kesehatan (Kadinkes) Kota Depok, Mary Liziawati mengatakan, selama awal 2022 ini ada ratusan kasus DBD di Kota Depok. Januari ada 394 kasus, sedangkan data hingga 24 Februari ada 207 kasus (Rahmawati, 2022). Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman serta kesadaran mengenai pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat, baik untuk diri sendiri maupun lingkungan agar terhindar dari berbagai macam penyakit berbahaya. Metode kegiatan yang dilakukan menggunakan tahapan: survey ke Yayasan Al-Kamilah untuk meminta perizinan kepada ketua Yayasan, penyusunan materi, persiapan metode dan alat yang diperlukan, pelaksanaan penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dan pembuatan laporan. Sedangkan penyampaian materi menggunakan metode presentasi, tanya jawab, menampilkan beberapa gambar mengenai dampak negatif dari kelalaian akibat tidak menerapkan PHBS serta pemberian hadiah kepada anak-anak. Selain pemaparan materi anak-anak juga diajak untuk praktek melakukan cuci tangan yang bersih dan benar. Hasil dari kegiatan PKM ini, menunjukkan 5 indikator mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di Yayasan Al-Kamilah sebagai berikut: 1. Kebersihan lingkungan (80%), 2. Anak-anak rutin potong kuku dan mencuci tangan dengan air bersih serta sabun (80,5%), 3. Tidak merokok (100%), 4. Ketersediaan air bersih (95%), 5. Memberantas jentik nyamuk (90,5%). Kesimpulan dari kegiatan ini penting dilakukan sebagai pengabdian mahasiswa dalam membantu memutus penyebaran penyakit DBD dan Diare, khususnya di Yayasan Al-Kamilah, Harapannya, program ini dapat dilanjutkan oleh Yayasan Al-Kamilah dan memberikan banyak manfaat sehingga anak-anak dapat terhindar dari penyebaran penyakit DBD dan Diare.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat; Kebersihan Diri; Kebersihan Lingkungan

Abstract

Community service Pamulang University conducts one of the counseling activities regarding "Clean and Healthy Behavior (PHBS)" for the children of the Al-Kamilah Foundation, to raise awareness about the importance of clean and healthy living behavior in the environment where they live. In the past few months, the people of Depok, especially children, have been worried about diseases that endanger their health, which can cause death and have claimed many victims. It was recorded that throughout February 2022 there were 207 cases of residents contracting dengue and one patient dying. Head of the Depok City Health Service (Kadinkes), Mary Lizawati said, during early 2022 there were hundreds of dengue cases in Depok City. January there were 394 cases, while data until February 24 there were 207 cases (Rahmawati, 2022). This activity aims to provide understanding and awareness about the importance of living a clean and healthy life, both for oneself and the environment in order to avoid various kinds of dangerous diseases. The activity method carried out uses stages: a survey to the Al-Kamilah Foundation to ask permission from the head of the Foundation, preparation of materials, preparation of the methods and tools needed, implementation of counseling on Clean and Healthy Behavior (PHBS), and preparation of reports. While the delivery of material uses the method of presentation, question and answer, showing several pictures regarding the negative impact of negligence as a result of not implementing PHBS and giving gifts to children. Apart from presenting the material, the children were also invited to practice washing their hands properly and cleanly. The results of this PKM activity show 5 indicators regarding clean and healthy living behavior at the Al-Kamilah Foundation as follows: 1. Environmental cleanliness (80%), 2. Children regularly cut their nails and wash their hands with clean water and soap (80.5%), 3. Not smoking (100%), 4. Availability of clean water (95%), 5. Eradicating mosquito larvae (90.5%). The conclusion of this activity is that it is important to do this as a student service in helping to stop the spread of dengue and diarrhea, especially at the Al-Kamilah Foundation. The hope is that this program can be continued by the Al-Kamilah Foundation and provide many benefits so that children can avoid the spread of dengue disease. and Diarrhe.

Keywords: Clean and Healthy Living Behavior; Personal hygiene; Environmental Hygiene

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan bentuk dari pola hidup seseorang berdasarkan kesadaran sebagai wujud dari pembelajaran agar individu bisa menolong diri sendiri baik pada masalah kesehatan ataupun ikut serta dalam mewujudkan masyarakat yang sehat di lingkungannya.

Program penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan bentuk dari upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada tiap individu, anggota keluarga, sekumpulan, maupun pada masyarakat umum. Pelajaran dapat melalui media komunikasi, pemberian berita, serta

adanya pendidikan agar terjadinya peningkatan pada pengetahuan anak, perubahan sikap dan perilaku negatif melalui metode pendekatan dari pimpinan, membina suasana, dan juga melakukan gerakan memampukan diri pada kelompok masyarakat. Kondisi ini sebagai salah satu wujud pencerminan yang berguna untuk membantu masyarakat dalam mengenali dan mengetahui serta mengatasi masalah yang terjadi pada individu dalam tatanan rumah tangga. (Wati and Ridlo, 2020).

Hingga saat ini perilaku hidup sehat menjadi satu perhatian khusus terutama bagi pemerintah. Hal ini karena PHBS dijadikan sebagai tolak ukur dalam pencapaian untuk meningkatkan cakupan kesehatan pada program Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2015-2030. PHBS dalam SDGs merupakan salah satu bentuk upaya pencegahan yang menimbulkan dampak jangka pendek di dalam peningkatan kesehatan pada tiga tempat antara lain, pada lingkup anggota keluarga, masyarakat umum, serta sekolah (Wati and Ridlo, 2020).

Menteri Kesehatan Republik Indonesia membuat Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik

Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur upaya peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS (Tentama, 2018)

Anak usia sekolah baik tingkat Pra Sekolah, Sekolah Dasar, dan Sekolah Menengah Pertama merupakan suatu masa usia anak yang sangat berbeda dengan usia dewasa. Pada periode usia ini, didapatkan banyak permasalahan kesehatan yang sangat menentukan kualitas anak dikemudian hari. Masalah kesehatan tersebut meliputi kesehatan umum, gangguan perkembangan, gangguan perilaku dan gangguan belajar. Permasalahan kesehatan tersebut pada umumnya akan menghambat pencapaian prestasi pada peserta didik disekolah. Sehingga, anak sekolah sebagai aset atau modal utama pembangunan dimasa depan sangat perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya (Septiani, Rizki; Widyaningsih, Susana; Ighom, 2016).

Dampak dari tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, salah satunya yaitu demam berdarah. Cara yang tepat guna untuk menanggulangi penyakit demam berdarah

secara tuntas adalah memberantas nyamuk penular. Nyamuk Demam Berdarah Dengue mempunyai tempat perkembangbiakan yakni di lingkungan tempat tinggal manusia terutama diluar rumah. Nyamuk *Aedes aegypti* berkembangbiak di tempat penampungan air seperti bak mandi, drum, tempayan dan barang-barang yang memungkinkan air tergenang seperti kaleng bekas, tempurung kelapa, dan lain-lain yang dibuang sembarangan (Siregar, 2014).

Banyak selaki faktor yang mempengaruhi PHBS, salah satunya edukasi. Menurut Arifin (2017), terdapat beberapa indikator PHBS disekolah meliputi 1. Mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, 2. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, 3. Menggunakan WC yang bersih dan sehat, 4. Olahraga yang teratur dan terukur, 5. Memberantas jentik nyamuk, 6. Tidak merokok disekolah, 7. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, 8. Membuang sampah pada tempatnya. Sekolah yang memenuhi syarat terpenuhinya PHBS dikatakan sekolah bersih dan sehat, akan melahirkan siswa-siswa yang sehat dan siap menerima pelajaran dalam kondisi prima sehingga dapat memberikan dampak positif yaitu

meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah (Wiana and Cahya, 2016).

Berdasarkan studi pendahuluan didapatkan bahwa persebaran penyakit pada santri di pondok pesantren, lebih mudah melalui kontak fisik, peralatan pribadi (pemakaian handuk, celana dalam yang di pakai secara bersamaan) dan melalui udara. Hal tersebut menunjukkan apabila terdapat salah seorang santri yang memiliki penyakit, maka penularannya akan lebih cepat menyebar ke santri yang lainnya. Dari program PHBS pun di Yayasan Pondok pesantren Al-Munir Gunungtanjung tidak berjalan apalagi terkait pentingnya aktifitas gerak (berolahraga), para santri hanya mendapatkan aktifitas gerak hanya pada saat pembelajaran di sekolah saja, tidak ada program khusus kegiatan berolahraga di pesantren tersebut secara rutin (Cucu Hidayat, Aang Rohyana, Ucu Muhammad Afif, 2021). Mengembangkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak dini sangat bermanfaat, yaitu anak akan memiliki pola hidup sehat di kemudian hari. Selain itu, anak usia dini yang telah memiliki pola hidup sehat maka mereka akan terhindar dari berbagai macam penyakit yang biasa dijumpai pada anak usia dini, misalnya diare, demam, penyakit kulit,

campak batuk, pilek, dan infeksi telinga. Berbagai potensi diri yang dimiliki oleh anak usia dini akan dapat dikembangkan dengan baik jika dalam keadaan bersih dan sehat sehingga anak dapat tumbuh dan berkembang secara optimal (Mahardhika *et al.*, 2022).

Masalah terkait pelaksanaan PHBS juga terjadi di Yayasan Al-Kamilah Depok yang bertempat di Jl. Serua Raya No.3, Serua, Kec. Bojongsari, Kota Depok, Jawa Barat. Yayasan ini menampung sekitar 30 anak asuh dengan umur 4 tahun sampai dengan 19 tahun. Mayoritas anak asuh merupakan anak-anak dengan usia rentan terhadap masalah Kesehatan.

Dalam melakukan aktivitas sehari-hari, anak-anak Yayasan Al-Kamilah menghabiskan waktu untuk sekolah, belajar, mengaji serta pada saat hari libur biasanya menghabiskan waktu untuk membersihkan keperluan pribadi secara mandiri. Hal ini menjadi kesedihan tersendiri bagi mereka yang ditinggalkan orang tua dan hanya ada orang tua asuh (pengurus Yayasan) yang mendampingi mereka. Sebagaimana diketahui bahwa Yayasan terdiri dari banyaknya anak kecil sehingga kemungkinan besar banyak yang menghiraukan dan lalai

akan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Tujuan diadakannya penyuluhan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak-anak di Yayasan Al-Kamilah adalah 1) meningkatkan kesadaran anak-anak mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan tempat tinggal 2) membiasakan diri dengan perilaku hidup bersih ke pada anak anak 3) untuk memberikan pemahaman kepada anak anak tentang penting nya menjaga lingkungan dan diri sendiri agar tetap bersih dan sehat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PKM ini, dilaksanakan di yayasan Al-Kamilah yang berlokasi di Yayasan Al-Kamillah Jl. Serua Raya RT 03 RW 05 Kelurahan Serua Kecamatan Bojongsari Kota Depok, Provinsi Jawa Barat. Kegiatan dilakukan pada tanggal 6 November 2022 dimulai dari 08:30 WIB s/d pukul 12:00 WIB. Sasaran dari program pengabdian ini terdiri dari 30 murid, mereka adalah anak laki-laki dan perempuan yang merupakan anak-anak asuh dari yayasan Al-Kamilah. Memiliki anak asuh tersebut merupakan peluang untuk dikenalkan tentang perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Pada tahap

ini, tim pengabdian masyarakat melakukan kegiatan sosialisasi melalui ketua Yayasan Al-Kamilah terkait kegiatan sosialisasi yang akan dilaksanakan. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan gambaran tentang kegiatan penyuluhan yang akan dilakukan yaitu tentang menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), sosialisasi ini dilakukan dengan tetap memperhatikan protokol kesehatan, memakai masker, menerapkan kebiasaan cuci tangan dan penggunaan hand sanitizer, serta pembatasan jarak sosial. Pelaksanaan dilakukan secara tatap muka (on the spot training). Teknik yang digunakan untuk mendukung realisasi PKM dilakukan dengan penyuluhan dan sosialisasi dengan mendatangi Yayasan Al-Kamilah dan memberikan materi tentang PHBS melalui media presentasi. Penyuluhan adalah proses pendidikan yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi kelompok sasaran. Materi diberikan dengan metode presentasi, peserta PKM terlihat sangat antusias mendengarkan materi yang disampaikan oleh pemateri dan juga peserta cukup aktif saat melakukan sesi tanya jawab. Kegiatan ini meliputi pemaparan materi, dan sesi tanya jawab terhadap audiens dilanjutkan dengan pembagian hadiah. Pada

akhir program PKM diadakan penyerahan cendera mata untuk Ketua Yayasan Al-Kamilah dan dosen pembimbing PKM.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) berupa sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada anak-anak hingga remaja serta cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan sekitar melalui kegiatan pemberian materi persentasi yang diikuti oleh 30 (tiga puluh) anak-anak Yayasan Al-Kamilah. Kegiatan ini bertujuan untuk sharing dan berbagi ilmu tentang cara hidup bersih dan sehat pada anak-anak serta cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan sebagai modal agar anak-anak Yayasan Al-Kamilah terbiasa hidup bersih dan sehat sejak dini dengan baik dan benar.



(Gambar 1 Proses Pemaparan Materi)

Kegiatan PKM ini, diawali dengan pemaparan materi dengan narasumber yaitu mahasiswa Sarjana Akuntansi tim PKM. Melalui pemaparan materi ini, anak-anak

Yayasan Al-Kamilah dibekali dengan pemahaman tentang pengertian PHBS secara luas dan juga pemahaman tentang jenis-jenis penyakit yang timbul akibat tidak hidup bersih yang dapat di kembangkan menjadi kebiasaan hidup bersih dan sehat sejak dini pada anak-anak. Selain itu, anak-anak juga diberikan pemahaman tentang bagaimana hidup bersih dan sehat yang benar, contoh mencuci tangan dengan bersih dan benar, membersihkan genangan air agar tidak ada jentik-jentik nyamuk. Maka dari itu, untuk membiasakan diri pada anak-anak agar selalu hidup bersih dan sehat

Berdasarkan data penelitian, tercatat sepanjang Januari ada 394 kasus dan Februari 2022 ada 207 kasus warga terjangkit DBD di kota Depok. Adapun beberapa hal yang harus diperhatikan dalam menanggulangi kasus DBD yaitu dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berikut ini penjabarannya:

1. Kebersihan Diri

Kami menyarankan minimal mandi 2x sehari, mencuci tangan, memotong kuku dan menggosok gigi. Dalam mencuci tangan menggunakan air mengalir dan sabun secara berkala. Jika tidak ada air dan sabun bisa menggunakan hand sanitizer untuk

membersihkan tangan dari kuman-kuman yang menempel.

2. Kebersihan Lingkungan

Kami menyarankan untuk membuang sampah pada tempatnya, menjemur kasur seminggu sekali, tidak menggantung pakaian terlalu banyak dan membersihkan toilet secara berkala.



(Gambar 2 Pelatihan dalam mencuci tangan)

PHBS merupakan salah satu langkah pencegahan penyakit DBD dan Diare dengan menerapkan kebersihan diri dan kebersihan lingkungan tersebut kepada anak-anak. Dengan diadakannya Sosialisasi kepada anak-anak setempat ini kami ingin membantu untuk mengantisipasi penyebaran penyakit DBD dan Diare, Untuk mendongkrak kesadaran dan kesehatan anak-anak di daerah Depok ini, kami berpendapat bahwa pentingnya sosialisasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada anak-anak untuk mencegah penyebaran DBD dan Diare itu sangat

diperlukan. Kegiatan ini merupakan sosialisasi bagaimana cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat yang baik dan benar.



(Gambar 3 Pemberian Hadiah)

Kegiatan ini dinilai sangat penting bagi kami selain berbagi ilmu dengan semua anggota keluarga yang berada di lingkungan Yayasan Al-Kamilah dan khususnya anak-anak setempat dengan melakukan ini juga masyarakat bisa lebih berhati-hati jika melakukan kegiatan di dalam maupun diluar rumah dengan menerapkan protokol kesehatan dengan baik dan benar. Karena masih banyak penduduk apalagi anak-anak yang masih belum terlalu mengerti dan peduli akan adanya penyakit DBD dan Diare yang semakin menyebar luas di seluruh penjuru dunia khususnya di lingkungan kita sendiri ini, maka dari itu penerapan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak begitu

penting dan harus diterapkan ketika kita melakukan aktifitas diluar maupun didalam rumah.



(Gambar 4 Penyerahan Piagam kepada Yayasan Al-Kamilah)

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat berjalan dengan lancar dan baik. Faktor pendukung penyuluhan berjalan dengan lancar yaitu karena fasilitas yang mendukung dan antusiasme anak-anak Yayasan Al-Kamilah. Dari kegiatan penyuluhan tersebut dapat diketahui bahwa tingkat pemahaman dan kesadaran anak-anak Yayasan Al-Kamilah sedang, tetapi belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat secara optimal. Tim pengabdian menyampaikan materi yang memotivasi dengan Bahasa yang ringan dan

menyenangkan bagi anak-anak, komunikasi yang terjadi juga berjalan dengan lancar sehingga kegiatan dapat terlaksana sesuai dengan target.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami ucapkan terima kasih kepada anak-anak Yayasan Al-Kamilah dan Ustad Bharudin selaku perwakilan Yayasan Al-Kamilah. Kepasda Bapak Sunarto, S.E., M.M. selaku Dosen Pendamping pelaksanaan PKM dan semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian program Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

REFERENSI

Cucu Hidayat, Aang Rohyana, Ucu Muhammad Afif, A.A.R. (2021) 'Aktivitas Edukasi Penanaman Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Mesjid Al-Munir Selama Pandemi Covid-19', *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), pp. 77–81. Available at: <https://doi.org/10.31949/jb.v2i1.623>.

Mahardhika, A.P. *et al.* (2022) 'Penyuluhan Belajar Sanitasi Sejak Dini (SINI) di Kampung Pemulung', 6, pp. 37–46.

Rahmawati, D. (2022) 'Waspada! Dalam 2

bulan 601 warga Depok terkena DBD'. Indonesia: detiknews. Available at: <https://news.detik.com/berita/d-5966615/waspada-dalam-2-bulan-601-warga-depok-terkena-dbd> (Accessed: 7 January 2023).

Septiani, Rizki; Widyaningsih, Susana; Ighom, M. (2016) 'TINGKAT PERKEMBANGAN ANAK PRA SEKOLAH USIA 3-5 TAHUN YANG MENGIKUTI DAN TIDAK MENGIKUTI PENDIDIKAN ANAK USIA DINI (PAUD)', *jurnal keperawatan*, 4. Available at: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKJ/article/download/4398/4051>.

Siregar, F.A. (2014) 'Epidemiologi Dan Pemberantasan Demam Berdarah Dengue Di Indonesia', *USU Digital Library*, pp. 1–13.

Tentama, F. (2018) 'Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Demi Kesejahteraan Masyarakat Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang Jawa Tengah', *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), p. 13. Available at:

<https://doi.org/10.12928/jp.v1i1.309>.

Wati, P.D.C.A. and Ridlo, I.A. (2020) 'Hygienic and Healthy Lifestyle in the Urban Village of Rangkah Surabaya', *Jurnal PROMKES*, 8(1), p. 47. Available at: <https://doi.org/10.20473/jpk.v8.i1.2020.47-58>.

Wiana, V. and Cahya, B. (2016) 'FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEBERADAAN BAKTERI UDARA DI RUANG KELAS (Studi di Yayasan Mataram Semarang)', p. 102.