

# Community Health Education "Clean and Healthy Life Patterns"

**KOLABORASI**

Inspirasi  
Masyarakat Madani

Vol. 01, No. 02

PP. 99 - 103

EISSN: 2809 - 0438

Pendidikan Kesehatan Pada Komunitas “ Pola Hidup Bersih Dan Sehat “

Yuliana Siti Nurazizah<sup>1</sup>, Anisa Azmi<sup>1</sup>, Agi Palupi<sup>1</sup>, Fani Afifah<sup>1</sup>, Ikna Cahyadi Kurniawan<sup>1</sup>, Putri Dzikrillah<sup>1</sup>, Rizky Nurhidayat<sup>1</sup>

<sup>1</sup>STIKes Muhammadiyah Ciamis, Ciamis, Indonesia

Korespondensi: Yuliana Siti Nurazizah

Email: [yuliaazzhh@gmail.com](mailto:yuliaazzhh@gmail.com)

Alamat : Sindang Mukti,Panumbangan,Ciamis,46263,Jawa Barat, 081214378918

## ABSTRACT

**Introduction:** Clean and healthy lifestyle activities aim to improve the health status of the community through the process of awareness and contribution of each individual in living a clean and healthy daily life. School age is an age that is susceptible to various diseases, therefore health surveillance starts from school-age children at the pre-school, elementary, junior high and high school levels in order to create quality human resources that are able to compete. School students in general, and junior high school students in particular who live in dormitories are susceptible to disease due to an unclean environment and poor lifestyle caused by a lack of knowledge about a clean and healthy lifestyle.

**Objective:** The purpose of this activity is to created clean and healthy living behaviors in schools as an effort to empower students, teachers, and the school community to know, be aware of and be able to practiced PHBS and played an active role in realizing healthy schools.

**Method:** The method used is counseling followed by questions and answers and doing educational games for giant snakes and ladders.

**Result:** Health counseling on PHBS was carried out at MTs Al – Barkah, Sadananya District with 30 7th grade students participating. Participants could listen to the material presented at the beginning of the opening, namely greetings, conveying the aims and objectives and the time contract for the extension. Furthermore, extracting information about PHBS that is already known or not by the participants. The results showed that almost 70% of participants felt they had not received information about PHBS from health workers.

**Conclusion:** Health Education in the Community "Clean and Healthy Lifestyle" has been implemented and can be well received by teachers and students at MTs Al - Barkah, Sadananya District, Ciamis Regency. The students were very enthusiastic about this activity. This activity is very important, especially for students who live in dormitories to make them aware of the importance of pursuing a clean and healthy lifestyle. Hopefully this counseling material can be applied and carried out by students in everyday life.

**Keywords:** *health education, clean, health, school*

## **Pendahuluan**

Salah satu hak individu untuk dapat melaksanakan kehidupan sehari-hari dengan normal adalah sehat. Kesehatan harus dipelihara oleh setiap individu dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Setiawan, et al., 2021). Perilaku hidup bersih dan sehat adalah sebuah kesadaran dan kepedulian seseorang terhadap kesehatan dirinya sendiri dan kesehatan lingkungannya. Sebagai manusia tentunya kita harus memiliki peran aktif dalam memelihara kesehatan diri sendiri dan kesehatan lingkungan sekitar (Rizal, 2018). Kegiatan pola hidup bersih dan sehat bertujuan untuk menjaga kesehatan masyarakat melalui proses penyadartahuan serta kontribusi setiap individu dalam menjalani kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat (Renalds, Smith, & Hale, 2010).

Usia sekolah adalah usia yang banyak terkena berbagai penyakit, oleh karena itu dimulai dari anak usia sekolah baik tingkat pra sekolah, sekolah dasar, sekolah menengah pertama serta sekolah menengah atas diperlukan pengawasan kesehatan untuk menciptakan kualitas sumber daya manusia yang mampu berdaya saing (Lubis, Lubis, & Syahrial, 2019). Siswa sekolah umumnya, dan siswa sekolah menengah pertama khususnya yang tinggal di asrama rentan terkena penyakit karena lingkungan yang tidak bersih dan pola hidup yang buruk disebabkan oleh kurangnya pengetahuan mengenai pola hidup bersih dan sehat (Pamungkas, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) setiap tahun terdapat 100.000 anak Indonesia meninggal akibat diare, sementara data Departemen Kesehatan menunjukkan diantara 1000 penduduk terdapat 300 orang yang terkena penyakit diare sepanjang tahun (Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2011). Bulan Agustus sampai Desember tahun 2012 pada kelompok 5-14 tahun terdapat 4 orang data di Puskesmas Medan Tuntungan tentang penyakit diare di Kelurahan Namogajah yang terdiri dari 1 orang laki-laki dan 3 orang perempuan. Sementara itu masih banyak ditemukan data-data penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah seperti kecacingan sebanyak 40-60% (Madanih, Anjari, & Mutholib, 2019)

Dalam Undang-Undang No.36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan bahwa “Kesehatan Sekolah” diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Oleh sebab itu, kegiatan penyuluhan PHBS yang dilaksanakan oleh mahasiswa di MTs Al – Barkah Kecamatan Sadananya yang bertujuan untuk menciptakan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah sebagai upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar mengetahui, menyadari dan mampu mempraktikkan PHBS serta berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

## **Tujuan**

Tujuan dari kegiatan ini yaitu untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah sebagai upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar mengetahui, menyadari dan mampu mempraktikkan PHBS serta berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

## **Metode**

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan. Penyuluhan adalah proses perubahan perilaku pada individu serta masyarakat agar dapat terwujud perubahan yang lebih baik sesuai dengan yang diharapkan. Setelah penyuluhan dilakukan tanya jawab dan pelaksanaan permainan edukasi ular tangga raksasa yang di setiap kotaknya terdapat pertanyaan untuk mengevaluasi pengetahuan siswa.

## **Hasil dan Pembahasan**

Hasil dari kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan di MTs Al-Barkah Kecamatan Sadananya tentang PHBS dengan peserta 30 siswa kelas 7 dapat menyimak materi yang

disampaikan yang diawali dengan pembukaan yaitu salam perkenalan, menyampaikan maksud dan tujuan dan kontrak waktu penyuluhan. Selanjutnya melakukan penggalan informasi tentang PHBS yang sudah diketahui atau belum oleh peserta. Hasilnya diketahui bahwa hampir 70 % peserta merasa belum mendapatkan informasi tentang PHBS dari petugas kesehatan.

Penguatan pemahaman tentang PHBS dilakukan dengan cara penyampaian materi dalam bentuk penyuluhan (Firmansyah, et al., 2021; Nurhidayat, et al., 2021). Media yang digunakan dalam penyuluhan dengan menggunakan leaflet, booklet, dan permainan edukasi ular tangga raksasa yang memuat berbagai ilustrasi gambar yang menarik dan ditampilkan kepada peserta agar terciptanya peningkatan pengetahuan tentang PHBS. Kemudian dilakukan forum diskusi dan tanya jawab untuk membuka peserta menyampaikan segala hal yang berkaitan dengan materi yang disampaikan.

### **Kesimpulan**

Pendidikan Kesehatan Pada Komunitas “Pola Hidup Bersih Dan Sehat” sudah terlaksana dan dapat diterima dengan baik oleh guru dan siswa MTs Al – Barkah Kecamatan Sadananya Kabupaten Ciamis. Para siswa sangat antusias dengan kegiatan ini. Kegiatan ini sangat penting dilakukan terutama pada siswa yang tinggal di asrama untuk menyadarkan pentingnya mengupayakan Perilaku Hidup bersih dan Sehat. Semoga materi penyuluhan ini dapat diterapkan dan dilakukan oleh para siswa dalam kehidupan sehari-hari.

### **Ucapan Terima Kasih**

Selama melaksanakan pendidikan kesehatan ini penulis telah banyak mendapatkan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis bermaksud menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Andan Firmansyah S.Kep., Ners., M.Kep selaku dosen pengampu mata kuliah Promosi Kesehatan, Ibu Gita Hendarwulan, SE.MM selaku kepala sekolah MTs Al- Barkah.

### **Daftar Pustaka**

1. Firmansyah, A., Setiawan, H., Wibowo, D. A., Rohita, T., & Umami, A. (2021). Virtual Reality (VR) Media Distraction Relieve Anxiety Level of the Children During Circumcision. In *1st Paris Van Java International Seminar on Health, Economics, Social Science and Humanities (PVJ-ISHESSH 2020)* (pp. 611–614). Atlantis Press.
2. Lubis, Z. S., Lubis, N. L., & Syahrial, E. (2019). Pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang PHBS, *3*(2252), 58–66.
3. Madanih, R., Anjari, S. D., & Mutholib, A. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dengan 7 Langkah Cara Mencuci Tangan Yang Efektif Di Sekolah Paud Mawar Kelurahan Sawah Baru, Ciputat, Tangerang Selatan. In *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*.
4. Nurhidayat, N., Suhandi, S., Setiawan, D., Ariyanto, H., & Setiawan, H. (2021). Health Promotion with Counseling on Fulfilling Balanced Nutritional Needs for Community Groups in Pandemic Covid-19 Outbreak. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *4*(2), 853–860. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v4i2.1424>
5. Pamungkas, A. (2021). TA: Perancangan Buku Interaktif Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di

Sekolah sebagai Media Kampanye Sosial bagi Anak Usia 3-6 Tahun. Universitas Dinamika.

6. Renalds, A., Smith, T. H., & Hale, P. J. (2010). A systematic review of built environment and health. *Family & Community Health, 33*(1), 68–78.
7. Rizal, Y. (2018). Public response to the implementation of clean and healthy living behavior (PHBS) in coastal community in Rokan Hilir Regency. *Journal of Global Responsibility, 9*(3), 261–279. <https://doi.org/10.1108/jgr-12-2017-0059>
8. Setiawan, H., Khairunnisa, R. N., & Oktavia, W. (2021). Handwashing Health Education to Prevent Covid-19 Transmission in SMP Inspirasi. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 4*(1), 428–432.

Dokumentasi Kegiatan

Lampiran

