

Penyuluhan Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di PAUD Mokopido Desa Pinjan, Kabupaten Tolitoli

Haidar Hasan^{1*}, Ikbal², Nasriani³, Padila Zikrila A. Datuamas³, Musfira³, Indah Damayanti⁴, M. Nurul Fakri⁵

¹Prodi B. Indonesia, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Madako Tolitoli

²Prodi Tek. Pendidikan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Madako Tolitoli

³Prodi PGSD Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Madako Tolitoli

⁴Prodi Agroteknologi Fakultas Pertanian Universitas Madako Tolitoli

⁵Prodi Administrasi Negara Fisip Universitas Madako Tolitoli

Jl. Madako No. 01 Kelurahan Tambun, Kabupaten Tolitoli, Sulawesi Tengah

*E-mail: haidarhasan160591@gmail.com

ABSTRAK

PHBS pada usia dini membantu menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersihan dan menjaga kesehatan dan lingkungan dengan berperilaku sehat. Siswa sekolah diharapkan untuk mempelajari dan memahami PHBS sehingga mereka dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Penyuluhan lisan dan alat peraga digunakan untuk menerapkan metode pelaksanaan. Siswa TK dan PAUD sangat ingin mengikuti penyuluhan PHBS karena dilaksanakan dengan metode bernyanyi sambil belajar serta praktek langsung.

Kata kunci : hidup sehat, TK, PAUD

ABSTRACT

PHBS at an early age helps instill awareness of the importance of cleanliness and maintaining health and the environment by behaving healthily. School students are expected to learn and understand PHBS so they can apply it in their daily lives. Oral counseling and teaching aids are used to implement the implementation method. Kindergarten and PAUD students want to take part in PHBS counseling because it is carried out using the method of singing while learning and direct practice.

Keywords: healthy living, kindergarten, PAUD

PENDAHULUAN

Anak berumur 0-8 tahun merupakan kategori anak usia dini. Di usia ini aktifitas anak usia dini belum memasuki pendidikan dasar namun umumnya mereka memiliki aktifitas lainnya seperti bermain pada taman penitipan anak dan adapula yang telah beraktifitas di sekolah pendidikan anak usia dini (PAUD). Anak usia dini dominan menyukai aktifitas bermain sehingga rawan pada hal-hal yang tidak steril yang dapat menyebabkan sakit sehingga diperlukan pembelajaran yang berkaitan dengan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Julianti *et al.*, 2018).

Setiap orang haruslah memiliki sikap yang bijak dalam melakukan PHBS di rumah mereka. Pemerintah setempat dan semua sektor terkait juga bertanggung jawab untuk memastikan program PHBS berjalan dengan baik. PHBS dilakukan di rumah dan di sekolah untuk anak-anak berusia enam hingga dua belas tahun. PHBS pada usia dini membantu menanamkan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan untuk menjaga lingkungan dan kesehatan seseorang (Nurmahmudah *et al.*, 2018).

Menurut Nurhidayah *et al.*, (2021), berbagai masalah dipengaruhi oleh siswa yang tidak mengikuti gaya hidup bersih dan sehat. Siswa tidak tahu tentang PHBS, indikasi, dan keuntungan dan kerugian. Koem *et al.*, (2015), menambahkan bahwa pola hidup yang tidak bersih dan tidak sehat dapat menyebabkan diare, cacangan, sakit gigi, kulit tidak nyaman, kurang gizi, dan kesehatan dan kualitas hidup yang buruk. Karena sangat berhubungan dengan

kesehatan anak usia sekolah yang rentan pada penyakit menular dan memberi pengetahuan siswa tentang cara menggunakannya dalam kehidupan sehari-hari, maka pendidikan kesehatan PHBS harus diprioritaskan (Mardhiati, 2019). Berdasarkan informasi yang dikumpulkan, sangat penting untuk memberikan instruksi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa TK Paud Mokopido di Desa Pinjan, Kabupaten Tolitoli.

METODE

Pengabdian kepada masyarakat (PKM) ini dilakukan pada 10 Agustus 2023. Di PAUD Mokopido Pinjan, yang terletak di Kabupaten Tolitoli, Sulawesi Tengah. Kegiatan ini dilakukan dengan metode Laheng *et al.*, (2023), yang berarti narasumber memberikan materi secara langsung kepada siswa/i di TK Paud Mokopido Pinjan.

Dalam kegiatan ini, alat dan bahan yang digunakan adalah materi presentasi secara lisan, bahan tisu, dan sabun cuci tangan saat melakukan kegiatan sosialisasi. Kegiatan ini ditujukan kepada siswa PAUD Mokopido Pinjan. Tabel 1 menunjukkan tahapan pelaksanaan kegiatan PKM.

Tabel 1. Tahapan kegiatan PKM

Tahap	Kegiatan
1	Survei tempat pelaksanaan PKM
2	Diskusi tentang jadwal pelaksanaan kegiatan dengan pihak PAUD Mokopido Pinjan
3	Persiapan alat dan bahan untuk PKM
4	Kegiatan inti PKM (pemaparan materi, diskusi, dokumentasi kegiatan)
5	Membuat Laporan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Sosialisasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berlangsung selama satu jam dan mengajarkan siswa tentang hal-hal seperti mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah (seperti makan buah dan sayuran), menggunakan jamban yang bersih dan sehat dan menjaga kebersihan jamban, berolahraga secara teratur dan mengukur, menghilangkan jentik nyamuk secara teratur, dan membuang sampah yang tidak diinginkan. Materi disampaikan melalui metode bernyanyi sambil belajar dengan tujuan agar siswa tidak bosan dan mudah diterima. Setelah 35 menit, materi mencuci tangan yang baik dan benar dipraktikkan langsung. Dengan bantuan Tim Pengabdian Universitas Madako Tolitoli, siswa mempraktikkan materi secara individual.

Sebagian siswa tidak menyadari pentingnya mencuci tangan dengan sabun dengan benar. Anak-anak percaya bahwa sabun hanya berguna untuk membersihkan kotoran dan bau. Meskipun ketersediaan air dan sabun untuk mencuci tangan bukanlah masalah utama dalam menjalankan pola hidup bersih dan sehat, kebiasaan siswa mencuci tangan setiap kali mereka melakukan aktifitas adalah masalah utama. Menurut Julianti *et al.*, (2018), kurangnya pemahaman anak usia dini dalam menerapkan pola hidup bersih dan sehat karena kurangnya pengenalan kepada anak tentang hal-hal yang dapat menimbulkan timbulnya penyakit seperti kurangnya pengawasan orang tua, guru dan lingkungan yang kurang memperhatikan gaya hidup bersih dan sehat.

Untuk itu, orang tua dan pendidik anak usia dini harus bertanggung jawab untuk menawarkan program yang bermanfaat kepada anak, seperti mengajarkan mereka cara mencuci tangan dengan sabun setiap kali mereka pergi ke sekolah.

Setelah kegiatan sosialisasi ini berakhir, diharapkan siswa akan memiliki kemampuan dan kemandirian untuk menghindari penyakit, meningkatkan kesehatan mereka, dan berpartisipasi secara aktif dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan PKM

Narasumber juga menekankan pentingnya memberi anak makanan sehat. Makanan yang dirancang untuk anak-anak harus tidak mengandung 5P: penyedap rasa, pemanis, pengawet, pengental, dan pengental. Karena kegiatan ini, anak-anak tidak boleh lagi membeli makanan sendiri. Orang tua sekarang harus membawa bekal makanan untuk mereka. Program pembiasaan ini mengajarkan anak usia dini cara mencuci tangan, membuang sampah, menjaga lingkungan bersih, mandi dua kali sehari, menggosok gigi, dan menjaga kamar mandi tetap bersih,.

KESIMPULAN

Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat diperoleh kesimpulan bahwa siswa sangat antusias dalam mengikuti kegiatan sosialisasi serta terlihat peningkatan pemahaman dan kesadaran tentang PHBS. Selain itu, pihak sekolah sangat merespon baik kegiatan sosialisasi PHBS ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Julianti, R., Nasirun, H. M., & Wembrayarli. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17.
- Koem, Z. A. R., Joseph, B., & Sondakh, R. C. (2015). Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Pelajar Di Sd Inpres Sukur Kecamatan Airmadidi Kabupaten Minahasa Utara. *Pharmac*, 4(4), 290–294.

- Laheng, S., Darmawati, Aliyas, Putri, D. U., Putri, I. W., & Adli, A. (2023). Penyuluhan Potensi Komoditas Perikanan Kabupaten Tolitoli Dalam Menumbuhkan Jiwa Kewirausahaan Siswa SMA Negeri 2 Tolitoli. *Jurnal Cendekia Mengabdikan Berinovasi Dan Berkarya*, 1(1), 1–5. <http://dx.doi.org/10.56630/jenaka.v1i1.223>
- Mardhiati, R. (2019). Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Anak Usia Dini. *Ikraith-Abdimas*, 2(3), 133–141.
- Nurhidayah, I., Asifah, L., & Rosidin, U. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1), 61–71. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i1.4864>
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>