



Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak-Anak SPS Bunga Tanjung

Mic Finanto Ario Bangun¹, Rafika Japalsyah², Annisa Dhani Rahmawati³, Rere Putri Andini⁴, Faidah Ana Tasya⁵, Bagas Saputra⁶, Suroyah⁷, Nadya Krissan Oktavia⁸, Anisa Rahmania Prihastivi⁹

¹²³⁴⁵⁶⁷⁸⁹Universitas Bhayangkara Jakarta Raya

**Email: mic.finanto@dsn.ubharajaya.ac.id

Abstrak

Tujuan dari program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) ini adalah untuk memberikan edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak serta warga sekolah di SPS Bunga Tanjung. Periode perkembangan yang dimiliki anak usia dini / usia sekolah akan membentuk kepribadian dasar, sehingga pembiasaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangat diperlukan. Dapat disimpulkan bahwa program kegiatan penyuluhan yang dilakukan kepada anak-anak di SPS Bunga Tanjung RW013, Duren Jaya, Kota Bekasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berjalan dengan baik, sesuai dengan apa yang telah direncanakan. Pelaksanaan kegiatan program berlangsung pada bulan Desember 2022 Adapun saran yang dapat kami berikan selama pelaksanaan KKNT ini adalah dapat membangun raport dan menyesuaikan diri dengan anak-anak.

Kata kunci : Sosialisasi, Psikoedukasi, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Pengabdian Masyarakat, Anak Usia Dini

PENDAHULUAN

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 12 Tahun 2012 Tentang Pendidikan Tinggi pada pasal 1 ayat 9 menyatakan bahwa Tridharma adalah kewajiban perguruan Tinggi untuk menyelenggarakan Pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat, kemudian dijelaskan di ayat 11 bahwa pengabdian kepada masyarakat adalah kegiatan sivitas akademik yang memanfaatkan ilmu ilmu pengetahuan dan teknologi untuk memajukan kesejahteraan pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang mencerdaskan kehidupan bangsa.

Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) merupakan program kegiatan yang diwadahi oleh Universitas Bhayangkara Jakarta Raya, dengan paduan pelaksanaan dari Tridarma Perguruan Tinggi, yakni Pendidikan, Penelitian, serta Pengabdian kepada Masyarakat. Program KKN-T ini ditujukan untuk membekali dalam hal belajar dan pengalaman kerja pada mahasiswa mengenai pengembangan masyarakat sebagai aplikasi serta persyaratan tertentu, dengan waktu kerja juga mekanisme

Mic Finanto Ario Bangun¹, Rafika Japalsyah², Annisa Dhani Rahmawati³, Rere Putri Andini⁴, Faidah Ana Tasya⁵, Bagas Saputra⁶, Suroyah⁷, Nadya Krissan Oktavia⁸, Anisa Rahmania Prihastivi⁹

Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada di Bunga Tanjung.

Jurnal Psikologi Atribusi Vol.1 No.1 2023



pengembangan ilmu yang dilakukan di luar sekolah. Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) ini, memiliki tema “Memelihara dan Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis Warga di Pedesaan”, dengan tema tersebut maka kelompok KKN-T ini memiliki program kegiatan mengenai “Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta Inovasi Pojok Baca pada SPS Bunga Tanjung, Duren Jaya”.

Psikoedukasi merupakan sebuah proses empowerment guna mengembangkan dan menguatkan keterampilan yang sebelumnya telah dimiliki, sebagai bagian dari persiapan dalam menghadapi setiap tahapan perkembangan kehidupan. Hal ini dikarenakan, psikoedukasi bersifat fleksibel, dimana sebuah metode edukatif yang bertujuan untuk mengubah pemahaman mental/psikis individu (Dewi et al., 2020). Psikoedukasi dalam program kegiatan ini, bermanfaat untuk memberikan pengetahuan yang berguna dalam meningkatkan kualitas hidup individu melalui program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) guna menjaga kebersihan, serta meningkatkan kesejahteraan psikologis pada anak-anak.

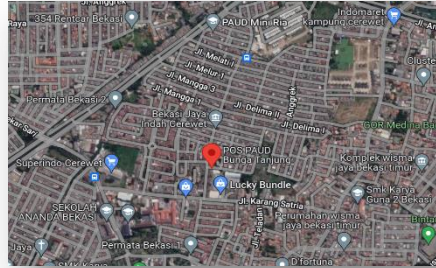
Perilaku hidup bersih dan sehat adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga dan keluarga dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat. Perilaku hidup bersih dan sehat perlu dibiasakan sebagai kegiatan sehari-hari di dalam kehidupan, baik itu dilakukan di rumah maupun di sekolah/lembaga PAUD, dimulai dari dalam keluarga dan pemodelan guru PAUD setiap hari di sekolah sehingga PHBS akan membentuk perilaku yang sehat bagi anak.

Menurut Kemensos RI (2020) Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan segala bentuk perwujudan atas orientasi hidup sehat dalam sebuah budaya perorangan, keluarga, masyarakat, yang ditujukan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Risnawati (2021) menambahkan bahwa penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dilingkungan sekolah, akan menciptakan lingkungan sekolah yang bersih, sehat, nyaman, serta mampu untuk menciptakan pendidikan kesehatan dan bermanfaat besar dalam peningkatan kesejahteraan siswa. Hal ini dikarenakan, menurut Nopiyanto (2019) kesehatan menjadi prasyarat bagi upaya pendidikan untuk mencapai hasil yang optimal, pendidikan yang baik harus benar-benar mendukung peningkatan kesehatan seseorang. Alia et al. (2021) juga menambahkan bahwa penerapan hidup bersih, sehat dan mengonsumsi makanan agar pola makan seimbang bertujuan untuk mencegah penyakit menular dan tidak menular.

Gambaran Lokasi Pelaksanaan

Lokasi yang dipilih kelompok diwilayah Kelurahan Duren Jaya, Kec. Bekasi Timur., Kota Bekasi. Kelompok melaksanakan kegiatan dimulai tanggal 16 Desember sampai 22 Desember di SPS Bunga Tanjung Kelurahan Duren Jaya, Kec. Bekasi Timur., Kota Bekasi.

Gambar. 1 Peta Lokasi RW 013, Kelurahan Duren Jaya



METODE PELAKSANAAN

Sebelum melakukan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, untuk mengetes pemahaman siswa siswi tentang prinsip-prinsip Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Kelompok melakukan pengamatan dengan mengobservasi kegiatan anak-anak PAUD. Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat ini, yang menjadi persoalan adalah permasalahan yang ditemukan yakni banyaknya anak-anak yang belum membiasakan diri dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sejak dini, salah satunya dengan terbiasa mencuci tangan menggunakan sabun setelah selesai melakukan kegiatan di dalam dan di luar ruangan.

Setelah melakukan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, untuk mengetes pemahaman siswa siswi tentang prinsip-prinsip Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, kelompok melakukan pengamatan dengan mengobservasi kegiatan anak-anak SPS Bunga Tanjung. Setelah melakukan observasi pada anak-anak SPS Bunga Tanjung, kelompok melakukan penyuluhan program tentang perilaku hidup bersih dan sehat menggunakan metode ceramah, video animasi dan mempraktikkan langsung bagaimana cara mengaplikasikan perilaku hidup bersih dan sehat.

Tabel. 1 Kegiatan Pelaksanaan

No.	Tanggal	Waktu	Nama Kegiatan	Target	Manfaat Kegiatan
1.	22 Nov 2022	08.00 – 11.00	Survei lokasi KKN-T ke Kelurahan Duren Jaya dan Pemda Kota Bekasi	Sekretaris Lurah	Orientasi dan mendapatkan izin untuk melaksanakan kegiatan KKNT
2.	28 Nov 2022	20.00 – 20.30	Survei lokasi KKN-T ke Kantor RW 013	Ketua RW 013	Menanyakan izin untuk melaksanakan KKN-T, serta mencari



						tau kebutuhan pada lingkungan setempat.
3.	29 2022	Nov 11.00	09.30 – 11.00	Survei lokasi KKN-T ke SPS Bunga Tanjung dan survey data	Kepala Sekolah SPS Bunga Tanjung	Menanyakan izin untuk melaksanakan KKN-T, serta mencari tau kebutuhan pada SPS Bunga Tanjung.
4.	7 2022	Des 11.00	09.30 – 11.00	Penyerahan Proposal dan wawancara dengan Kepala Sekolah SPS Bunga Tanjung	Kepala Sekolah SPS Bunga Tanjung	Menyerahkan proposal KKN-T sebagai syarat awal pelaksanaan KKN-T, serta melakukan wawancara lanjutan mengenai kebutuhan pada SPS Bunga Tanjung.
5.	20 Desember 2022		08.30 – 09.30	Penyampaian Materi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat	Siswa/i SPS Bunga Tanjung	Agar siswa/i SPS Bunga Tanjung memahami dan bisa mengaplikasikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kegiatan sehari-hari.
6.	21 Desember 2022		09.00 – 10.30	Praktik Mencuci Tangan	Siswa/i SPS Bunga Tanjung	Agar siswa/i SPS Bunga Tanjung dapat terbiasa terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat
7.	22 Desember 2022		09.00 – 11.00	Memberi Inovasi Pada Pojok baca	Seluruh warga yang berada di lingkungan SPS Bunga Tanjung	Membuat pojok baca lebih menarik dan diharapkan bisa meningkatkan literasi membaca pada siswa/i SPS Bunga Tanjung



13.00	- Pemberian	Perwakilan	Bentuk	apresiasi
13.30	cinderamata	RW013	terhadap	masyarakat
		dan Kepala	untuk	kesediaan
		Sekolah	berpartisipasi	dalam
		SPS Bunga	kegiatan KKNT	
		Tanjung		

HASIL DAN PEMBAHASAN

Materi yang diberikan dalam kegiatan ini adalah materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah, serta pemutaran video animasi mengenai membuang sampah pada tempatnya, langkah-langkah mencuci tangan pakai sabun, langkah-langkah menggosok gigi (menjaga kesehatan mulut dan gigi), menutup mulut dan hidung saat bersin, serta meminum air layak konsumsi. Selama pemberian materi juga dilakukan diskusi interaktif antara mahasiswa KKNT dengan anak-anak SPS Bunga Tanjung. Diskusi interaktif ini, diharapkan untuk anak-anak SPS Bunga Tanjung lebih memahami materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang disampaikan.

Setelah penyampaian materi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dilakukan praktik pengaplikasian dari materi yang telah diberikan. Praktik yang dilakukan meliputi membuang sampah pada tempatnya, serta cuci tangan pakai sabun (CTPS) sebelum kegiatan makan bersama. Tujuan dari praktik pengaplikasian materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini adalah untuk membiasakan anak-anak SPS Bunga Tanjung dalam melaksanakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di kehidupan sehari-hari.

Penyampaian materi dan praktik hidup bersih dan sehat pada lembaga pendidikan dianggap sebagai tempat yang strategis untuk mempromosikan kesehatan sekolah yang menjadi sebagai sarana yang efektif untuk menyelenggarakan pendidikan kesehatan, dimana siswa dapat mempelajari makna perilaku sehat dan tidak sehat beserta akibatnya. Selain itu, usia sekolah merupakan usia emas untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS di sekolah, keluarga dan lingkungan sekolah masyarakat (Gomo et al., 2013). Berdasarkan hasil observasi di lapangan, gambaran mengenai anak-anak terhadap program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun secara umum berada pada kategori yang cukup baik. Kemudian, observasi yang dilakukan setelah penyuluhan Psikoedukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) anak-anak SPS Bunga Tanjung mengalami peningkatan pengetahuan mengenai CTPS. Maka penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menimbulkan kebiasaan baru bagi warga dilingkungan SPS Bunga Tanjung, dalam hal ini adalah perilaku hidup bersih dan sehat. Kebiasaan baru yang dilakukan berupa mencuci tangan memakai sabun baik



sebelum dan sesudah sekolah, membuang sampah pada tempatnya, menggosok gigi minimal 2x sehari dengan baik, menutup mulut dan hidung ketika batuk dan bersin, serta meminum air layak konsumsi. Pembiasaan baru mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini menjadi salah satu bentuk dukungan terhadap program pemerintah mengenai lingkungan sekolah sehat. Anak-anak SPS Bunga Tanjung juga menjadi lebih terlatih dalam hal pengutamaan kebersihan serta kesehatan di lingkungannya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan dari hasil kegiatan keseluruhan dalam kegiatan KKNT Universitas Bhayangkara Jakarta Raya Tahun 2022/2023 di Lokasi Kelurahan Duren Jaya yang diselenggarakan pada tanggal 16 Desember sampai tanggal 22 Desember 2022 di SPS Bunga Tanjung RW013, Kelurahan Duren Jaya, Kecamatan Bekasi Timur, Kota Bekasi, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Kegiatan / Program fisik, yang meliputi kegiatan mewarnai, praktik mencuci tangan menggunakan sabun serta membuang sampah pada tempatnya, dan memberikan inovasi pada pojok baca dapat terlaksana dengan baik dengan adanya bantuan dari Kepala Sekolah dan Dewan Guru setempat, KKNT dilaksanakan dengan pendanaan bersama-sama antar mahasiswa dalam kelompok.
2. Kegiatan/ Program non fisik terlaksana dengan baik, program non fisik ini berupa penyuluhan kepada anak-anak paud berupa Psikoedukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Adapun saran yang dapat kami berikan selama menjalankan Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKNT) terkait dalam pelaksanaan KKNT ini adalah dapat membangun rapport atau pendekatan yang baik dengan sasaran penerimaan kegiatan. Terlebih untuk sasaran penerima kegiatan anak-anak, mahasiswa diharapkan dapat lebih menyesuaikan diri dengan anak-anak, sehingga dapat menarik antusias anak-anak selama kegiatan penyampaian materi berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

- Alia, C., Muda, K., & Handayani, R. (2021). Health Education About the Important of Clean and Healthy Living Behaviors (Phbs) And Balance Nutrition In Kampung Lembah Duhur , Bogor. *Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Kesehatan Masyarakat*, 2(1).
- Dewi, R. S., Lubis, M., Fanhas, E., Nugraha, F., & Tapiah, L. (2020). Psikoedukasi Pendidikan Anak Usia Dini di Masa Pandemi COVID 19. *Seminar Nasional LPPM Universitas Muhammadiyah Purwokerto*, 5, 232–234.
<https://doi.org/10.22515/bg.v5i2.2820>
- Gomo, M. J., Umboh, J. M. L., & Pandelaki, A. J. (2013). GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEKOLAH PADA SISWA KELAS



AKSELERASI DI SMPN 8 MANADO. Jurnal E-Biomedik, 1(1).

<https://doi.org/10.35790/ebm.1.1.2013.4590>

Nopiyanto, Y. E. (2019). Filsafat Pendidikan Jasmani dan Olah Raga. Zara Abadi.

RI, K. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) penguatan kapabilitas anak dan keluarga. Direktorat Rehabilitas Sosial Anak, 1-14.

Risnawati. (2021). Pendidikan Kesehatan dan Promosi Kesehatan. Media Saind Indonesia.