



Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebagai Program Pengabdian kepada Masyarakat melalui Kuliah Kerja Nyata di SD Muhammadiyah 8 Surabaya

Rhevuano Naoval S^{1*}, Dandi C. Torong², Rahma Vivi³, Mohammad Syaiful Rahman⁴,
Condro Widodo⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jawa Timur, Jl. Rungkut Madya, Gn. Anyar,
Kec. Gn. Anyar, Surabaya, Jawa Timur 60294, Indonesia
e-mail : condro.widodo.ak@upnjatim.ac.id

Abstrak

Artikel ini menjelaskan tentang pelaksanaan program Kuliah Kerja Nyata (KKN) oleh Kelompok 8 KKNT Bela Negara UPN "Veteran" Jawa Timur yang berfokus pada pendidikan kesehatan di SD Muhammadiyah 8 Surabaya. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan anak-anak sekolah dasar mengenai kebersihan pribadi, khususnya cuci tangan dan sikat gigi. Metode yang digunakan termasuk sesi edukasi interaktif dan demonstrasi praktis, yang berhasil meningkatkan pengetahuan dan praktek kebersihan anak-anak secara signifikan. Hasilnya menunjukkan perlunya program pendidikan kesehatan yang terstruktur dan berkelanjutan dalam kurikulum sekolah untuk mendukung pola hidup sehat sejak dini. Penelitian ini merekomendasikan integrasi program kesehatan serupa dalam kurikulum sekolah untuk memastikan dampak jangka panjang pada kesejahteraan anak-anak.

Kata kunci : Sosialisasi, Pendidikan, Kesehatan, Kebersihan

Abstract

This paper describes the implementation of the Kuliah Kerja Nyata (KKN) by Group 8 of the National Defense KKNT UPN "Veteran" East Java which focuses on health education at SD Muhammadiyah 8 Surabaya. This program aims to improve the knowledge and skills of elementary school children regarding personal hygiene, especially hand washing and toothbrushing. The methods used included interactive educational sessions and practical reflection, which succeeded in significantly improving children's hygiene knowledge and practices. The results indicate the need for a structured and sustainable health education program in the school curriculum to support healthy lifestyles from an early age. This study rewards similar health integration programs in the school curriculum to ensure long-term impacts on children's well-being.

Keywords: Socialization, Education, Health, Cleanliness

PENDAHULUAN

Kemajuan suatu bangsa ditentukan oleh berbagai faktor seperti kualitas sumber daya manusia yang baik. Tidak dapat dipungkiri bahwa pendidikan, baik formal maupun non-formal merupakan faktor yang penting dalam mencetak sumber daya manusia yang berkualitas. Pendidikan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) merupakan upaya sistematis untuk mengubah sikap dan perilaku individu melalui pengajaran dan pelatihan. Dengan demikian, pendidikan berperan penting dalam menghasilkan sumber daya yang berkualitas dan adaptif terhadap perubahan zaman. Undang-undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi secara jelas menyebutkan bahwa perguruan tinggi memiliki kewajiban untuk meningkatkan

kualitas pendidikan masyarakat, sebagaimana yang tertuang dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi. Dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi ini mencakup tiga kegiatan utama, yaitu pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat.

Konsep Tri Dharma Perguruan Tinggi seringkali diwujudkan melalui program KKN yang dilaksanakan oleh mahasiswa di perguruan tinggi. Menurut KBBI, KKN merupakan kegiatan yang digunakan sebagai wadah bagi mahasiswa untuk berlatih menerapkan ilmu yang telah diperoleh di perkuliahan dalam menyelesaikan permasalahan masyarakat. Dalam jurnal (Aliyyah et al., 2021) juga dijelaskan bahwa kegiatan KKN merupakan bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan tujuan untuk memberdayakan masyarakat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat meliputi menganalisis kondisi masyarakat sekitar hingga memberikan solusi terkait permasalahan yang ada pada masyarakat tersebut baik dalam lingkup sosial, ekonomi, kesehatan, pendidikan atau politik.

Kegiatan KKN yang dilakukan oleh Mahasiswa KKN-T Bela Negara Gelombang 2 Kelompok 8 UPN “Veteran” Jawa Timur menyasar pada pemberdayaan masyarakat di Kelurahan Dukuh Sutorejo, Kecamatan Mulyorejo, Kota Surabaya. Mahasiswa UPN “Veteran” Jawa Timur Gelombang 2 Kelompok 8 melakukan kegiatan KKN di Kelurahan Dukuh Sutorejo dengan tema “Peningkatan Kualitas Hidup Masyarakat Dukuh Sutorejo Melalui Pendidikan dan Kesehatan Lingkungan. Melihat latar belakang dari Kelurahan Dukuh Sutorejo dan tema yang ingin diangkat, maka salah satu jenis kegiatan yang diselenggarakan berupa sosialisasi mengenai gaya hidup bersih dan sehat. Kegiatan sosialisasi ini ditujukan kepada siswa kelas 1 SD Muhammadiyah 8 Surabaya. Dalam kegiatan sosialisasi ini, siswa diberikan edukasi mengenai bagaimana cara mencuci tangan dan langkah-langkah menggosok gigi dengan benar. Hal ini dilatar belakangi oleh kurangnya kesadaran akan pentingnya mencuci tangan dengan benar serta menjaga kesehatan gigi dan mulut. Untuk itu, tujuan dari adanya kegiatan sosialisasi gaya hidup bersih dan sehat adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa SD Muhammadiyah 8 Surabaya mengenai pentingnya mencuci tangan dengan benar serta menggosok gigi secara teratur. Selain itu, Mahasiswa KKN juga berperan memberikan model pendekatan secara interaktif kepada siswa SD Muhammadiyah 8 Surabaya melalui kegiatan praktik langsung mengenai bagaimana cara mencuci tangan dan langkah-langkah menggosok gigi dengan benar. Hal ini karena target audiens dari kegiatan sosialisasi ini merupakan siswa kelas 1 SD Muhammadiyah 8 Surabaya yang metode pembelajarannya juga masih menerapkan pendekatan interaktif.

Dalam jurnal (Julianti et al., 2018), Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sebuah gambaran dari lingkungan keluarga yang selalu menjaga pola hidup bersih serta kesehatan dari seluruh anggota keluarganya. Untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat, Mahasiswa KKN melakukan kegiatan sosialisasi mengenai tata cara hidup bersih dan sehat dengan tujuan untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya memiliki gaya hidup bersih dan sehat kepada siswa kelas 1 SD Muhammadiyah 8 Surabaya. Selain itu, adanya kegiatan sosialisasi ini juga dapat menjadi bentuk upaya preventif yang dilakukan oleh Mahasiswa KKN terhadap penyebaran suatu penyakit atau masalah kesehatan lainnya. Kegiatan ini diharapkan dapat diterapkan kepada seluruh lapisan masyarakat Kelurahan Dukuh Sutorejo termasuk anak usia sekolah. Upaya dalam meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini juga dapat dilakukan dengan menanamkan kebiasaan di lingkungan rumah, masyarakat, dan sekolah.

METODE PENELITIAN

Program pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh mahasiswa KKN-T Bela Negara Gelombang 2 kelompok 08 dari UPN “Veteran” Jawa Timur di SD MUHAMMADIYAH 8 SURABAYA yang berfokus pada masalah pola hidup bersih dan sehat dan dilaksanakan menggunakan metode penyuluhan. Kegiatan yang dilakukan meliputi sosialisasi pemaparan materi dan praktik secara langsung dengan benar. Dalam rangka menyukseskan kegiatan ini, para mahasiswa telah mempersiapkan berbagai keperluan tambahan dengan sangat teliti. Mereka

menyiapkan berbagai bahan presentasi dan media pendukung yang dirancang khusus untuk menarik perhatian para siswa agar mereka antusias mengikuti sosialisasi tentang hidup bersih dan sehat. Setelah semua persiapan dilakukan, kegiatan dilanjutkan dengan presentasi yang disampaikan melalui slide *PowerPoint*. Presentasi ini mencakup berbagai aspek terkait perilaku kebiasaan hidup bersih dan sehat, mulai dari penjelasan mengenai tujuan mencuci tangan dan menggosok gigi hingga tata cara atau langkah-langkah mencuci tangan dan gosok gigi dengan benar. Selain itu, kegiatan sosialisasi ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran tentang dampak negatif yang terjadi serta langkah pencegahan yang dapat diambil untuk mengatasi masalah-masalah tersebut. Materi yang disampaikan oleh para mahasiswa juga meliputi tujuan, langkah-langkah, dan dampak jika tidak mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar. Kegiatan sosialisasi juga diikuti dengan sesi *ice breaking*. Pada sesi ini, peserta didik diberi kesempatan untuk mempraktikkan bersama. Ini merupakan bagian penting dari kegiatan, karena memberikan ruang bagi para siswa untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik mengenai pola hidup bersih dan sehat yang dimulai dengan hal kecil seperti menggosok gigi dan mencuci tangan, langkah-langkah yang benar dan bagaimana cara untuk mengatasinya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan sosialisasi hidup bersih dan sehat yang dilakukan oleh Kelompok 8 KKNT Bela Negara di SD Muhammadiyah 8 Surabaya. SD Muhammadiyah 8 Surabaya menjadi target tujuan dari kegiatan sosialisasi ini karena berada pada lingkungan di daerah Dukuh Sutorejo. tempat yang strategis dan siswa-siswa yang berada pada tahap perkembangan yang tepat untuk menerima pendidikan kesehatan dasar. Selain itu, SD Muhammadiyah 8 Surabaya dikenal memiliki komitmen yang kuat terhadap pengembangan karakter dan pembiasaan hidup sehat pada siswa, sehingga kegiatan ini sejalan dengan visi dan misi sekolah dalam membentuk generasi yang sehat, cerdas, dan berakhlak. Kegiatan berlangsung dengan cukup baik serta mencapai target yang diharapkan. Kegiatan ini diikuti oleh siswa kelas 1 paralel A, B, dan C yang berjumlah 90 siswa. Sementara itu program ini sendiri berfokus kepada dua perilaku dasar, yaitu mencuci tangan dengan benar dan menggosok gigi secara teratur. Berikut adalah hasil dari kegiatan tersebut:

1. **Pemahaman & Kesadaran Siswa tentang Kebiasaan Mencuci Tangan dan Menggosok Gigi**
Setelah sosialisasi, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pemahaman dan kesadaran siswa mengenai pentingnya kebiasaan mencuci tangan dan menggosok gigi. Sebelum sosialisasi, berdasarkan hasil pre-test, hanya sekitar 40% siswa yang memahami pentingnya mencuci tangan dengan benar dan 35% yang mengerti pentingnya menggosok gigi secara rutin. Setelah kegiatan berlangsung, hasil post-test menunjukkan peningkatan pemahaman, dengan 85% siswa menunjukkan pengetahuan yang baik tentang langkah-langkah mencuci tangan yang benar dan 80% siswa memahami pentingnya menjaga kebersihan gigi.
2. **Praktik Langsung Kebiasaan Hidup Bersih dan Sehat**
Selain peningkatan pemahaman, kegiatan ini juga melibatkan praktik langsung, di mana siswa diajak untuk mempraktikkan cara mencuci tangan dengan enam langkah yang benar serta cara menggosok gigi yang tepat. Pengamatan selama praktik menunjukkan bahwa lebih dari 90% siswa mampu mengikuti instruksi dengan baik dan melakukan langkah-langkah tersebut secara benar.
3. **Perubahan Perilaku dan Kebiasaan Sehari-hari**
Guru dan orang tua siswa melaporkan adanya perubahan positif dalam kebiasaan sehari-hari siswa. Misalnya, lebih banyak siswa yang secara rutin mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain, serta lebih rajin menggosok gigi sebelum tidur dan setelah sarapan. Ini menunjukkan bahwa sosialisasi telah berhasil menanamkan kebiasaan hidup sehat pada siswa, yang diharapkan dapat terus berlanjut.

4. Dampak Positif terhadap Lingkungan Sekolah dan Keluarga

Selain mempengaruhi perilaku individu siswa, sosialisasi ini juga membawa dampak positif pada lingkungan sekolah secara keseluruhan. Terdapat peningkatan kebersihan di lingkungan sekolah, dengan lebih sedikit sampah berserakan dan fasilitas cuci tangan yang lebih sering digunakan. Lebih lanjut, siswa juga membawa kebiasaan baik ini ke rumah, yang berdampak positif pada kebersihan dan kesehatan keluarga mereka.



Gambar 1. Pemaparan materi PHBS



Gambar 2. Praktik Langkah Langkah cuci tangan



Gambar 3. Dokumentasi Pelaksanaan Kegiatan

Pendekatan interaktif dan partisipatif yang digunakan dalam sosialisasi ini, seperti demonstrasi, permainan edukatif, dan simulasi langsung, terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman dan memotivasi siswa untuk mengadopsi kebiasaan hidup sehat. Peningkatan pemahaman siswa yang signifikan setelah sosialisasi menunjukkan bahwa metode ini tidak hanya menyampaikan informasi, tetapi juga membantu siswa untuk menginternalisasi pengetahuan tersebut menjadi kebiasaan sehari-hari.

Selain itu, dampak jangka panjang yang diharapkan dari sosialisasi ini adalah terbentuknya kebiasaan hidup bersih dan sehat yang tidak hanya diterapkan di sekolah, tetapi juga di rumah dan di lingkungan yang lebih luas. Dengan demikian, program ini tidak hanya berfokus pada perubahan individu tetapi juga pada perubahan kolektif yang melibatkan keluarga dan masyarakat. Namun, untuk memastikan keberlanjutan dari perubahan perilaku ini, perlu adanya dukungan yang berkelanjutan dari semua pihak yang terlibat, termasuk sekolah, orang tua, dan masyarakat. Pengulangan materi, pengawasan rutin, dan kegiatan pendukung lainnya seperti kampanye kesehatan, dapat membantu memantapkan kebiasaan yang telah terbentuk.

Secara keseluruhan, sosialisasi ini telah mencapai tujuannya dalam meningkatkan kesadaran, pengetahuan, dan praktik hidup sehat di kalangan siswa SD Muhammadiyah 8 Surabaya. Keberhasilan ini dapat menjadi model bagi sekolah-sekolah lain untuk mengimplementasikan program serupa, dengan harapan dapat membentuk generasi yang memiliki pola hidup bersih dan sehat serta lebih siap menghadapi tantangan kesehatan di masa depan. Evaluasi berkelanjutan dan adaptasi program sesuai dengan kebutuhan lokal akan memastikan bahwa perubahan positif ini terus berlanjut dan berkembang.

SIMPULAN

Kegiatan sosialisasi hidup bersih dan sehat yang dilaksanakan oleh Kelompok 8 KKNT Bela Negara di SD Muhammadiyah 8 Surabaya telah menunjukkan hasil yang sangat positif. Program ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa tentang kebiasaan mencuci tangan dan menggosok gigi, dengan peningkatan pengetahuan dari 40% dan 35% menjadi 85% dan 80%, secara berturut-turut. Lebih dari 90% siswa kini mempraktikkan kebiasaan tersebut dengan benar, yang berkontribusi pada peningkatan kebersihan lingkungan sekolah dan keluarga.

Metode interaktif yang digunakan dalam sosialisasi, seperti demonstrasi dan permainan edukatif, terbukti efektif dalam mengubah pengetahuan menjadi kebiasaan. Namun, agar perubahan ini berkelanjutan, dukungan dari sekolah, orang tua, dan masyarakat sangat diperlukan. Pengulangan materi dan pengawasan rutin akan memperkuat kebiasaan hidup sehat yang telah terbentuk.

Secara keseluruhan, program ini tidak hanya meningkatkan kesadaran dan praktik kebiasaan hidup sehat di kalangan siswa, tetapi juga dapat menjadi model untuk sekolah lain. Evaluasi dan adaptasi program secara berkala akan memastikan bahwa perubahan positif ini dapat terus berkembang dan membawa dampak jangka panjang.

SARAN

Saran dari kegiatan sosialisasi hidup bersih dan sehat mencakup beberapa hal penting. Pertama, pihak sekolah disarankan untuk terus mengintegrasikan program pendidikan yang berfokus pada penerapan hidup bersih dan sehat. Program ini perlu melibatkan diskusi terbuka dengan orang tua siswa mengenai pentingnya penerapan pola hidup bersih dan sehat, yang sebaiknya dimulai dari lingkungan keluarga atau rumah. Orang tua juga perlu disosialisasikan mengenai peran mereka dalam penerapan pola hidup bersih dan sehat. Upaya ini penting untuk membangun kebiasaan baik pada siswa dan memastikan adanya dukungan serta dorongan dari orang tua, sehingga konsistensi siswa dalam menerapkan hidup bersih dan sehat dapat terjaga dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung Setyo Pambudi, M. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan. 8(1), 48–53.
- Aliyyah, R. R., Rahmawati, R., Septriyani, W., Safitri, J., & Ramadhan, S. N. P. (2021). Kuliah kerja nyata: pengabdian kepada masyarakat melalui kegiatan pendampingan pendidikan. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5(2), 663-676.
- Bawole, B. B., Umboh, J. M. L., Sumampouw, O. J., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2018). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dengan Tindakan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Murid Sekolah Dasar Gmim 9 Dan Sekolah Dasar Negeri Inpres Pinangunian Kota Bitung. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)Rnal KESMAS*, Vol. 7 No. 5, 2018 HUBUNGAN, 7(5).
- Dodi Apriadi, Hidayat, N., AB, N., Ahmatang, & Sudarto. (2022). Pengabdian kepada masyarakat melalui pendampingan kesehatan: kuliah kerja nyata. *Bhakti Sabha Nusantara*, 1(1), 21–27. <https://doi.org/10.58439/bsn.v1i1.13>
- Hasan, R. (2020). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Sma Negeri 8 Makassar Disusun
- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli, W. (2018). Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 76-82.
- Kusumawardani, L. H., & Saputri, A. A. (2020). Gambaran Pengetahuan , Sikap dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Sekolah. 10, 31–38.
- Mardiyani, S. A. et al. (2020) ‘Edukasi Praktek Cuci Tangan Standar WHO dan Peduli Lingkungan’, *Jurnal Pembelajaran Pemberdayaan Masyarakat (JP2M)*, 1(2), p. 85. doi: 10.33474/jp2m.v1i2.6531.
- Rengas, P., Hinai, K., Humaizi, K. L., & Yusuf, M. (2021). Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anggota Karang Taruna Desa. *Dharma Raflesia Jurnal Ilmiah Pengembangan Dan Penerapan Ipteks*, 19(01), 146–153.
- Ryan Mardika. (2019). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang (Phbs) Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Siswa.
- Suhardi, S., Raudah, NY, & Fadhila, G. . (2023). PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (CUCI TANGAN PAKAI SABUN) UNTUK MENINGKATKAN PEMAHAMAN PENYAKIT MENULAR. *Jurnal Pengembangan Masyarakat : Jurnal Pengabdian Masyarakat* , 4 (4), 7974–7979. <https://doi.org/10.31004/cdj.v4i4.18943>