JURNAL PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT
Journal Homepage: www.indojurnal.com/index.php/aksikita
eISSN 0000-0000 & pISSN 0000-0000

Vol. 1, No. 1, Februari Tahun 2025
Hal. 09-19

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pembagian Sembako pada Anak di Yayasan Baitul Yatim H. Caong

Pelin Tarigan

Universitas Pramita Indonesia, Kabupaten Tangerang, Provinsi Banten, Indonesia.

Email Korespodensi: pelin.trg@gmail.com

INFO ARTIKEL

Histori Artikel:

Diterima *02-02-2025*
Disetujui *20-02-2025*
Diterbitkan *28-02-2025*

Katakunci:

Kuliah Kerja Nyata;
Perilaku Hidup Bersih dan Sehat;
Penyuluhan Kesehatan

ABSTRAK

Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan bentuk komunikasi yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan masyarakat khususnya anak-anak dalam menerapkan gaya hidup yang mendukung kesehatan dan kebersihan. Kegiatan ini dilaksanakan melalui program Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Pramita Indonesia yang merupakan kegiatan pengabdian masyarakat dan bertujuan untuk meningkatkan rasa empati mahasiswa terhadap situasi dan lingkungan Masyarakat serta pembagian sembako untuk kebutuhan sehari-hari. Kegiatan KKN ini dilaksanakan di Yayasan Baitul Yatim H. Caong, Jl. Raya Serdang Kulon, Desa Serdang Kulon, Panongan, Tangerang. Hasil kegiatan ini menunjukkan adanya respon positif dan partisipasi aktif dari anak-anak untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan mereka sehari-hari.

Copyright © 2025 The Author(**s**) This article is distributed under a
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mencerminkan pola hidup sehat dalam budaya individu, keluarga, dan masyarakat. Tujuan PHBS adalah untuk meningkatkan, merawat, dan melindungi kesehatan fisik, mental, spiritual, dan sosial secara keseluruhan. Dalam Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2002 disebutkan bahwa setiap anak berhak menerima layanan kesehatan dan jaminan sosial yang sesuai dengan kebutuhan mereka, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial (Rahmadeni et al., 2019). Perhatian yang diberikan kepada anak ini penting karena pada masa ini minat terhadap berbagai hal sangat tinggi, mengingat bahwa masa anak-anak memegang peran yang krusial dalam kehidupan.

Anak-anak termasuk kelompok usia yang rentan terhadap penyebaran berbagai penyakit, terutama yang berhubungan dengan saluran pencernaan, seperti diare, tifoid, kecacingan, dan sebagainya. Untuk mengurangi tingkat penyakit tersebut, penting untuk mengenalkan anak-anak pada perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). PHBS mencakup segala tindakan kesehatan yang dilakukan berdasarkan kesadaran pribadi, sehingga anggota keluarga, termasuk anak-anak, dapat mandiri dalam menjaga kesehatan mereka dan memainkan peran aktif dalam kegiatan masyarakat.

Mengenalkan kebiasaan hidup bersih dan sehat memiliki signifikansi yang besar bagi semua kelompok usia, mulai dari bayi baru lahir hingga lansia. Semakin awal pembiasaan gaya hidup sehat dilakukan, semakin besar kontribusi terhadap tingkat kesehatan masyarakat, karena tindakan preventif yang dilakukan (Dimas Imam Prayogo, Arifia Widyasari, Nurul Azizah, 2022). Mencuci tangan dengan sabun dan air yang mengalir merupakan bagian dari praktik hidup sehat dan menjadi salah satu aspek dari tiga pilar pembangunan di bidang kesehatan. Pilar tersebut meliputi perilaku hidup sehat, penciptaan lingkungan yang sehat, serta penyediaan layanan kesehatan berkualitas yang dapat diakses oleh seluruh lapisan masyarakat.

Menurut *World Health Organization* (WHO) terdapat 7 langkah yang tepat dan benar dalam mencuci tangan menggunakan air dan sabun, yaitu sebagai berikut (Novitasari & Filtri, 2018) :

a) Cuci tangan dengan menggunakan air yang mengalir secara bersih, dan sebarkan sabun ke kedua telapak tangan.
b) Gosok bagian belakang tangan serta sela-sela jari tangan kiri dan kanan, dan lakukan hal yang sama sebaliknya.
c) Gosok kedua telapak tangan dan bagian sela-sela jari tangan.
d) Jari-jari sisi dalam kedua tangan saling bersilangan atau mengunci.
e) Gosok ibu jari kiri dengan gerakan berputar dalam genggaman tangan kanan, dan ulangi proses tersebut dengan sebaliknya.
f) Gosokkan ujung jari-jari tangan kanan dengan gerakan memutar di telapak tangan kiri, dan lakukan hal yang sama sebaliknya.
g) Siram kedua tangan dengan air yang mengalir dan keringkan.

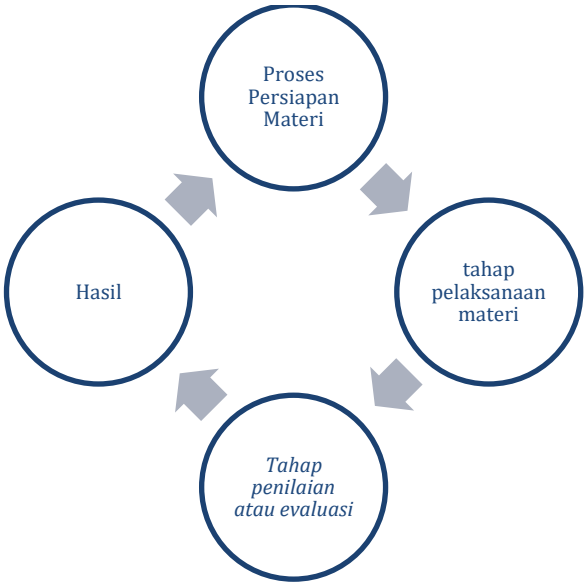
Selain teknik cuci tangan yang tepat, kebiasaan harian anak yang juga perlu diperhatikan oleh orang tua adalah teknik menggosok gigi dengan benar. Menggosok gigi tanpa memperhatikan metode yang benar dapat menyebabkan masalah pada gigi dan mulut (Aminullah, 2019). Anak-anak cenderung lebih mungkin meniru perilaku orang dewasa dibandingkan mengikuti perintah atau instruksi yang diberikan. Oleh karena itu, orang dewasa perlu konsisten dan tepat dalam mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat, baik di lingkungan rumah maupun di luar rumah. Dengan melakukan hal tersebut, anak-anak akan mengembangkan pola perilaku hidup bersih dan sehat yang akan mereka terapkan sepanjang hidup mereka.

Kuliah Kerja Nyata (KKN) adalah salah satu kegiatan yang termasuk dalam kurikulum dan diwajibkan sebagai syarat kelulusan bagi mahasiswa serta menjadi salah satu kegiatan di mana mahasiswa sepenuhnya menerapkan dan mewujudkan nilai-nilai Tri Dharma Perguruan Tinggi. Dengan pentingnya menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan meningkatkan kesadaran serta pengetahuan perilaku hidup sehat khususnya pada anak-anak di Yayasan Baitul Yatim H. Caong, Kelompok Frans Seda, KKN Universitas Pramita Indonesia 2023, mengadakan program kerja penyuluhan kesehatan dengan tema "Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pembagian Sembako pada Anak di Yayasan Baitul Yatim H. Caong" yang diselenggarakan pada hari Rabu, 27 Desember 2023 pukul 16.30-18.30 yang berlokasi di Desa Serdang Kulon, Panongan, Tangerang.

Adapun tujuan dari penyelenggaraan program penyuluhan dalam kegiatan KKN ini adalah:

1. Untuk membantu anak-anak dalam Yayasan Baitul Yatim H. Caong memahami pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.
2. Untuk memberikan pemahaman kepada anak-anak bagaimana cara mencuci tangan dengan benar.

METODE



Gambar 1. Proses Penyuluhan atau sosialisasi serta penerapan kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk anak-anak di Yayasan Baitul Yatim H. Caong.

Pelaksanaan kegiatan KKN Universitas Pramita Indonesia 2023 ini bertempat di Yayasan Baitul Yatim H. Caong, Jl. Raya Serdang Kulon, Desa Serdang Kulon, RT 09/06 No. 20, Panongan, Tangerang, Banten. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa penyuluhan atau sosialisasi serta penerapan kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk anak-anak di Yayasan Baitul Yatim H. Caong. Secara teknis, kegiatan pengabdian Masyarakat ini terbagi menjadi beberapa tahap yaitu tahap persiapan, tahap

pelaksanaan dan tahap penilaian atau evaluasi. Dalam tahap persiapan, menyiapkan bahan dan materi, melakukan koordinasi dan perijinan pada pemilik Yayasan.

Dalam tahap pelaksanaan, kegiatan pengabdian Masyarakat ini diawali dengan memberikan materi terkait cara-cara menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, tatacara mencuci tangan dengan sabun yang benar kepada anak-anak. Setelah penyuluhan materi diberikan, mahasiswa KKN Universitas Pramita Indonesia memberikan sabun cuci tangan kepada anak-anak panti dengan menerapkan contoh mencuci tangan yang baik dan benar menggunakan air mengalir dan sabun selama 60 detik. Pada tahap akhir, yaitu tahap penilaian atau evaluasi, mahasiswa KKN Universitas Pramita Indonesia melakukan evaluasi pemahaman kepada anak-anak terhadap apa yang telah disampaikan dan diimplementasikan bersama.

HASIL DAN DISKUSI

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Yayasan Baitul Yatim H. Caong pada bulan Desember 2023 dengan jumlah peserta yaitu 11 anak. Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak-anak dapat diawali dengan tindakan sederhana, seperti mencuci tangan dengan menggunakan sabun. Peningkatan dalam melaksanakan tindakan mencuci tangan yang benar, seperti setelah buang air besar, sebelum makan, dan sebelum menyiapkan makanan, memiliki dampak positif terhadap kesehatan dan dapat berkontribusi pada peningkatan taraf kesehatan secara keseluruhan. Kegiatan diawali dengan melakukan perkenalan antara kelompok Frans Seda KKN Universitas Pramita Indonesia dengan anak-anak panti peserta penyuluhan kesehatan. Selama sesi perkenalan berlangsung, para anggota mempersiapkan perlengkapan yang dibutuhkan untuk penyampaian materi.

Gambar 2. Pembukaan Penyuluhan Kesehatan

Setelah sesi perkenalan selesai, kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi yang telah dirangkum dalam bentuk *powerpoint* agar anak-anak lebih mudah memahami materi yang akan disampaikan. Penyampaian materi ini dilakukan oleh seluruh peserta KKN Universitas Pramita Indonesia yang isinya meliputi antara lain:

a. Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).
b. Alasan mengapa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) penting untuk dilakukan.
c. Bagaimana cara mencuci tangan yang benar

Gambar 3. Penyampaian Materi PHBS

Selain melakukan penjabaran materi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, kelompok Frans Seda KKN Universitas Pramita Indonesia, juga mengajak anak-anak panti Yayasan Baitul Yatim H. Caong untuk mempraktikan cara mencuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun.

Gambar 4. Anak-anak mempraktikkan cara mencuci tangan yang benar

Seluruh rangkaian kegiatan KKN ini mulai dari perkenalan anggota, penyampaian materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), praktik cara mencuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun, ditutup dengan pembagian sembako kepada anak-anak Yayasan Baitul Yatim H. Caong, makan malam bersama dengan anak-anak serta pengurus panti dan foto bersama.

Gambar 5. Pembagian sembako

Gambar 6. Acara makan malam bersama

Gambar 7. Foto bersama

Peningkatan taraf kesehatan masyarakat dapat dicapai melalui perubahan perilaku yang diperoleh melalui pendidikan. Dukungan dari pihak panti asuhan memainkan peran kunci dalam melaksanakan kegiatan ini, dengan keterlibatan aktif baik dari pengasuh maupun anak-anak yatim, memudahkan dalam mengoptimalkan pengetahuan dan perubahan perilaku di lingkungan tersebut. Kegiatan ini dapat menjadi

dasar untuk mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan panti asuhan. Penting untuk terus melaksanakan kegiatan sosialisasi guna mengubah perilaku masyarakat yang belum mencapai standar kesehatan yang optimal.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan dapat memberikan pengetahuan tentang cara hidup bersih dan sehat kepada anak-anak panti asuhan Yayasan Baitul Yatim H. Caong melalui cuci tangan dengan sabun dan dapat meningkatkan kesadaran serta pengetahuan orang tua dalam hal ini pengurus panti untuk lebih menyadari pentingnya pencegahan penyakit dengan mencuci tangan menggunakan sabun.

PENGAKUAN/UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyadari bahwa baik tulisan maupun kata-kata yang digunakan dalam penyampaian proposal KKN ini masih jauh dari kesempurnaan karena keterbatasan pengetahuan dan pengalaman dalam menyusun proposal. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca untuk meningkatkan kualitas penulisan proposal ini. Penulis juga ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang turut membantu dalam pembuatan laporan kuliah kerja nyata.

1. Keluarga yang telah memberikan doa, semangat, dukungan, dan memfasilitasi penulis dalam menyelesaikan laporan ini.
2. Bapak Prof. Dr. Ir. Asep Saefuddin M. Sc selaku Rektor Universitas Pramita Indonesia.
3. Ibu Yohana S. E., M., Si., C.A.P Selaku Kaprodi dan Dosen Pengampu Mata Kuliah KKN.
4. Bapak Pelinta Tarigan S.E., M.Akt, Selaku Dosen Pembimbing KKN
5. Kepada anak-anak serta pengurus Yayasan Baitul Yatim H. Caong, atas partisipasinya dan dukungan dari seluruh pihak terkait dalam pelaksanaan program KKN ini.
6. Teman-teman yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang selalu mendukung serta memberikan semangat untuk dapat menyelesaikan program ini. Penyusun dengan penuh kesadaran menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kesempurnaan.

Oleh karena itu, penyusun dengan tulus mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun, dengan tujuan meningkatkan kualitas pembelajaran di masa yang akan datang. Semoga laporan ini memberikan manfaat bagi pembaca, terutama bagi penyusun sendiri. Selain itu, laporan ini mencakup deskripsi ucapan terima kasih dan pengakuan kepada pihak-pihak (baik perseorangan maupun institusi) yang turut terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat.

REFERENSI

Alberta, L. T., Istanto, W., Nurmayanti, D., Suryono, H., Rokhmalia, F., Rustanti, I., Ipmawati, A., Yulianto, B., Wisnu, N. T., Behavior, H., & Behavior, H. (n.d.). *PANTI YAYASAN CINTA KASIH IBU TERESA SURABAYA HEALTHY AND CLEAN BEHAVIOR CINTA KASIH IBU TERESA FOUNDATION SURABAYA RESIDENTS*.

Aminullah. (2019). Penyuluhan Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Di Sdn 183 Rabu Dan Sdn 196 Kasisi Desa Tallunggura Kecamatan Curio Kabupaten Enrekang. *Maspul Journal of Community Empowerment*, *1*(1), 1–6. https://ummaspul.e-journal.id/pengabdian/article/view/227

Dilla, F., & Sipayung, S. (2023). *Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Kesehatan Masyarakat Di Kecamatan Medan Labuhan*. *3*(3), 215–221.

Dimas Imam Prayogo, Arifia Widyasari, Nurul Azizah, M. F. (2022). Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dan Cara Cuci Tangan Pakai Sabun. *Nasional Pengabdian Masyarakat LP UMJ*, *2714–6286*. http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat%0AE-ISSN:

Hartaty, H., & Kurni Menga, M. (2022). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Untuk Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Abdimas Polsaka*, *1*(1), 16–21. https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v1i1.7

Novitasari, Y., & Filtri, heleni dkk. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Maulani, H., Ichlasul Amal, R., Farokhah, L., Masyarakat, K., & Kesehatan Masyarakat, F. (2021). Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan Mencuci Tangan Pakai Sabun di Kelurahan Cipondoh Makmur Kecamatan Cipondoh Kota Tangerang. *Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, *2714_6286*, 1–9. http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat

Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Dosen Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini , FKIP , Unilak Email : yesinovitasari@unilak.ac.id PENDAHULUAN Peningkatan kualitas sumber daya man. *Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, *2*(1), 44–49. http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jpm/article/view/573

Madanih Rahmawati, Syahnas Dwi Anjari, A. M. (2019) 'Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) dengan 7 langkah cara mencuci tangan yang efektif di sekolah PAUD mawar kelurahan sawah baru, ciputat , tanggerang selatan', Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ, (September).

Patty, F. U., Hukubun, R. D., Mahu, S. A., Tetelepta, N., Linansera, V. 2022. Sosialisasi Sex Education: Pentingnya Pengenalan Pendidikan Seks pada Remaja sebagai Upaya Meminimalisir Penyakit Menular Seksual. ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi, 1(2), 225–231. https://doi.org/10.55123/abdikan.v1i2.293

Purnama, R. Y., Prayoga, D., Satria, S., Putra, D., Simamora, M. A., Ananda, F., Lumbantoruan, A., Parensio, Y., & Ketaren, B. L. (2023). *PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA SDN 002 DESA KAMPUNG PINANG KECAMATAN PERHENTIAN RAJA*. *4*, 376–380.

Rahmadeni, A. S., Hayat, N., Novia, R., Siska, D., & Yunaspi, D. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan Pembagian Sembako pada Anak di Panti Asuhan Mahabbatul Haq Tanjung Uma Batam. *Jurnal Abdimas Saintika*, *1*(1), 141–144. https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/abdimas/article/view/485

R, S. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Mencuci Tangan. *Jurnal Abdimas Saintika*, *1*(1), 154–157.

Septy Nurfadhillah, Yayah Huliatunisa, & Azizah Al Ashri. (2023). PENGARUH STUNTING TERHADAP PERKEMBANGAN KOGNITIF DAN PRESTASI BELAJAR. *Jurnal Akselerasi Merdeka Belajar Dalam Pengabdian Orientasi Masyarakat (AMPOEN): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *1*(2), 32–36. https://doi.org/10.32672/ampoen.v1i2.585

Sufriadi, D. (2021). Partisipasi Masyarakat dalam Program Penyediaan Air Minum dan Sanitasi Berbasis Masyarakat (PAMSIMAS) di Kabupaten Aceh Jaya. *Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia*, *2*(2), 62-72.

Sulastri, K., Purna, I. N. and Suyasa, I. N. G. (2019) 'Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Anak Sekolah Tentang Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Wilayah Puskesmas Selemadeg Timur Ii', Journal of Environmental Health, 4, pp. 99– 106.

Suprapto, S., & Arda, D. (2021). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, *1*(2),

Willy Arya Wicaksana, Gita Wulandari, D. S. Y. K. (2016). *Mewujudkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dengan Cuci Tangan, Pola Makan Sehat, Dan Pengelolaan Sampah Creating*. *01*(1), 1–23. https://doi.org/https://doi.org/10.61132/pandawa.v2i1.461