

## **SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SISWA SEKOLAH DASAR DESA PASIRTANJUNG, KECAMATAN TANJUNGSARI, KABUPATEN BOGOR**

**Lupi Yudhaningrum, Irma Rosalinda, Gumgum Gumelar Fajar Rakhman, Liza Yudhita Widyastuti**  
Universitas Negeri Jakarta

**Alamat Korespondensi:**  
lupiyudhaningrum@unj.ac.id

---

### **ABSTRACT**

*This paper is about the Psychology Universitas Negeri Jakarta Community Service team's activity in Tanjung Sari Village, Bogor Regency, West Java, as an effort to solve hygiene and environmental problems there. In this activity, children as the next generation were included as the target to apply clean and healthy behaviours for sustainable environmental hygiene. Activities were designated in interactive and exciting presentations, practices, games, and prizes for participants (elementary school students). As a result, there was enthusiasm for the activities and increased participants' understanding to apply in everyday life.*

### **Keywords**

*clean and healthy behaviour, elementary school student, bogor, children*

---

### **1. Pendahuluan**

Sebagai bentuk implementasi *tri dharma*, Fakultas Pendidikan Psikologi Universitas Negeri Jakarta melakukan pengabdian terhadap masyarakat binaan yakni lebih tepatnya di desa Tanjung Sari, Kabupaten Bogor, Provinsi Jawa Barat. Desa ini dari sisi demografi memiliki jumlah penduduk 4.333 jiwa pada 2019 dengan rasio. Laki-laki dan perempuan yakni 1,05 banding 0,94. Kenaikan jumlah penduduknya mengalami kenaikan yakni rata-rata 65% per tahun. Pertumbuhan penduduk ini jugadilengkapi dengan gambaran nilai Indeks Ketahanan Sosial (IKS) sebesar 0,783, Indeks Ketahanan Ekonomi (IKE) sebesar 0,6, dan Indeks Ketahanan Ekologi/Lingkungan (IKL) sebesar 0,6, serta secara umum desa ini memiliki nilai Indeks Desa Membangun (IDM) sebesar 0,683 yang merupakan desa berkembang. Dari analisis yang didalami, desa ini memiliki permasalahan berupa masalah lingkungan, air bersih, dan ketenagakerjaan. Berdasarkan data ini, pengabdian yang dilakukan lebih menasar pada generasi muda yang seiring terus bertambah per tahunnya yakni secara spesifik dilakukan pada siswa dan siswi. Target pengabdian ini juga menasar pada permasalahan yang erat kaitannya secara langsung padagenerasi muda yaitu masalah kebersihan diri dan lingkungan sejak dini.

### **2. Solusi Permasalahan**

Untuk mengatasi permasalahan yang disasar yakni mengenai kebersihan, pelaksana melakukan pengabdian masyarakat berupa kegiatan psikoedukasi. Psikoedukasi yang dilakukan secara luring ini ditujukan ke masyarakat, lebih khususnya yaitu anak-anak, mengenai menjaga

kebersihan diri dan lingkungan sejak dini. Aktivitas dalam kegiatan ini mencakup mengenai penerapan langsung bagaimana menjaga kebersihan terutama selama pandemik COVID-19. Tema besar tersebut dibagi menjadi beberapa topik yaitu pengertian kebersihan, tahapan menjaga kebersihan, dan manfaat menjaga kebersihan.

Adapun dari kegiatan ini diharapkan tercapainya beberapa manfaat yang dapat dicapai dan dilakukan observasi yaitu peningkatan kepedulian terkait pentingnya menjaga kebersihan, pemahaman cara menjaga kebersihan yang baik dan benar, serta penerapan menjaga kebersihan kapanpun dan dimanapun. Selain itu, kegiatan ini juga memiliki luaran lainnya berupa dokumentasi tertulis, foto, video mengenai pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dapat menjadi inspirasi dan dapat direplikasi ke depannya.

### 3. Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini melibatkan anak-anak Sekolah Dasar di SD Tanjung Sari, dimana dilakukan dalam bentuk penerapan kegiatan psikoedukasi. Psikoedukasi ini mencakup pemaparan dan pelaksanaan pentingnya menjaga kebersihan. Adapun dalam pelaksanaannya kegiatan ini terbagi menjadi lima tahap, yaitu:

- (1) Pengenalan tentang kebersihan melalui penjelasan definisi perilaku hidup bersih dan sehat, manfaat, serba-serbi virus COVID-19. Tahapan ini bertujuan agar peserta memiliki wawasan mengenai dasar perilaku hidup bersih dan sehat.
- (2) Penjelasan tata cara menjaga kebersihan melalui penjelasan cara-cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan yang benar. Di awal modul telah didistribusikan pada mahasiswa yang terlibat sebagai pelatih untuk bisa didalami dan dipraktikkan. Kemudian, dalam pelaksanaannya, pelaksana menggunakan video maupun nyanyian yang diiringi dengan gerakan dalam melatih cara menjaga kebersihan. Hal ini dilakukan agar peserta dapat memahami pentingnya menjaga kebersihan, cara menerapkan, dan terus melakukannya di kehidupan sehari-hari.
- (3) Penjelasan metode-metode dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Di tahap ini dilakukan penjelasan mengenai definisi kebersihan, pengaruh kebersihan pada diri dan lingkungan, serta cara menjaga kebersihan yang dikemas dalam praktik untuk dilakukan satu per satu.
- (4) Pemberian *Banner*, Stiker, dan *Booklet* yang berisikan informasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, serta cara pencegahan penularan virus COVID-19. Langkah ini dilakukan agar peserta terus mengingat dan mendapatkan kumpulan informasi mengenai kebersihan dan pencegahan COVID-19.
- (5) Evaluasi berupa pemberian *pre-test* dan *post-test* dalam bentuk interaksi tanya jawab untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta. Pelaksana juga memberikan lembar evaluasi untuk masuk dari kegiatan psikoedukasi yang diberikan (Kirkpatrick, 2008).

### 4. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan psikoedukasi dilakukan secara daring di SD Tanjung Sari, Kabupaten Bogor, Jawa Barat pada Selasa, 21 Juni 2022 pukul 09.00 WIB hingga selesai. Sebelum acara, seluruh panitia pelaksana mempersiapkan alat-alat yang dibutuhkan dalam durasi 60 menit sejak kedatangan yakni pada pukul 08.00 WIB hingga 09.00 WIB. Setelah persiapan, dilakukan *briefing* dan persiapan di kelas masing-masing. Setelah semua siap, acara pun dimulai dengan pembacaan doa, perkenalan MC dan panitia, serta aktivitas *engagement* dengan menyapa para peserta yang

berjalan dari pukul 09.00 WIB hingga 09.05 WIB dalam durasi 5 menit. Pada pukul 09.05 hingga 09.15 setelah pembukaan tadi, MC mengadakan *ice breaking* “Bos Berkata” dan “Senam Pinguin” sebelum masuk materi agar peserta lebih bersemangat saat pemberian materi. Sesi selanjutnya yaitu pemberian materi mengenai kebersihan diri dan lingkungan dengan menggunakan slide secara interaktif. Kemudian, pemaparan materi dilanjutkan mengenai cara menjaga kebersihan diri dan lingkungan yang dilengkapi dengan beberapa video terkait.

Materi yang diberikan berupa cara dan praktik mencuci tangan yang baik, rajin memotong kuku, sikat gigi pagi dan malam hari, mandi setiap hari, membersihkan lingkungan sekitar, tidak membiarkan air menggenang, jenis-jenis sampah dan penanganannya. Keseluruhan pemberian materi dilakukan dalam durasi 40 menit yakni dari pukul 09.15 WIB hingga 09.55 WIB. Setelah itu, pada pukul 09.55 WIB hingga 10.05 WIB pemateri memberikan *mini quiz* berhadiah pada peserta terkait materi yang diberikan. Peserta juga diminta mempraktikkan kegiatan mencuci tangan serta memakai masker yang baik. Di 5 menit setelahnya yaitu di pukul 10.05 WIB hingga 10.10 WIB peserta diajak *ice breaking* “Oper Spidol” untuk menguatkan pemahaman yang telah diberikan. Setelah kegiatan inti selesai, panitia pelaksana membagikan hadiah bingkisan pada peserta dan kemudian dilakukan penutupan dengan ucapan terima kasih serta foto bersama. Secara umum pelaksanaan kegiatannya lancar meskipun ada beberapa kendala teknis berupa beberapa kelas yang tidak memiliki *infocus*, sehingga tidak semua kelas terpasang *infocus*.

## 5. Kesimpulan dan Saran

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang ditujukan ke siswa dan siswi kelas 5 dan 6 Sekolah Dasar Tanjung Sari ini yaitu terlihat adanya hasil yang positif dan peningkatan pemahaman mengenai kebersihan diri dan lingkungan. Hal tersebut sejalan penelitian yang dilakukan oleh Abidah dan Huda (2018) yang dalam penelitiannya menyatakan bahwa program perilaku hidup bersih dan sehat menyebabkan banyak dampak positif, yakni anak-anak menjadi paham dan sadar akan menjaga kebersihan, meningkatkan nilai makanan menjadi lebih bergizi apabila dikonsumsi dengan pola hidup bersih dan sehat, serta menjadikan anak-anak semangat dalam beraktivitas sehari-hari. Hal ini ditunjukkan dari antusiasme peserta ketika pelaksanaan yang ditunjukkan dengan perilaku peserta yang kooperatif dan aktif. Selain itu, setelah pelaksanaan kegiatan peserta menunjukkan beberapa perilaku kebersihan yang diterapkan seperti membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangan, dan membersihkan lingkungan kelas. Untuk dapat meningkatkan pelaksanaan kegiatan berikutnya perlu dilakukan beberapa perbaikan yakni peningkatan sarana dan prasarana ketika pelaksanaan, pelaksanaan terus menggali kebutuhan masyarakat yang lebih luas dan mengemasnya dalam kegiatan yang menarik, serta perlu adanya kegiatan berikutnya yang memberikan hasil nyata bagi masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang diberikan kepada SD Tanjung Sari, Bogor yang telah dilaksanakan ini diharapkan selanjutnya dapat diterapkan oleh siswa-siswi SD Tanjung Sari, Bogor, masyarakat sekitar, terutama orang tua dalam memberi perhatian dan dukungan kepada putranya, serta melakukan kegiatan bersama dengan anak-anak dalam meningkatkan kesehatan yang dimulai sejak diri dan dari diri sendiri. Pemantauan guru juga perlu berjalan aktif dan rutin melakukan kegiatan yang berkaitan dengan perilaku hidup bersih dan sehat.

## 5. Daftar Pustaka

- Abidah, Y. N., & Huda, A. (2018). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal ORTOPEDAGOGIA*, 4(2), 87–93. <https://doi.org/10.17977/um031v4i12018p087>
- Kirkpatrick, Donald. 2008. *Evaluation Training Programs : The Four Level*. Third Edition. San Fransisco : Berrett-Koehler Publisher, Inc Naugle.
- RPJMD Pasir Tanjung, Bogor.