



**PROSIDING KONFERENSI NASIONAL
PENGABDIAN DAN PEMBERDAYAAN MASYARAKAT (KNPPM)**
Direktorat Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Gadjah Mada

ISSN : 3031-304X (Print)

“FUN TEACHING” PHBS SDN 05 PENANGGAL LUMAJANG

Achlish Abdillah^{1*}, Fahmi Aulia A², Shinta Putri Kartika Sari³, Fitria Dewi¹, Rifqy Widodo⁴

¹ *Fakultas Keperawatan, Universitas Jember*

² *Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Jember*

³ *Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Jember*

⁴ *Fakultas Kedokteran, Universitas Jember*

*Surel Penulis Koresponden: 197203232000031003@mail.unej.ac.id

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah rangkaian tindakan yang dilakukan dengan penuh kesadaran diperoleh melalui proses pembelajaran yang baik bagi individu atau komunitas dengan harapan setiap individu/suatu komunitas dapat mengambil tanggung jawab menjaga kesehatan serta dapat berperan aktif dalam upaya menciptakan kesehatan yang lebih optimal. Usia anak atau usia sekolah dasar yaitu usia rentan terkena penyakit dikarenakan daya tahan tubuh masih rentan serta kesadaran akan menjaga tetap sehat belum tahu yaitu bagaimana cuci tangan dan mengenal sampah. Kesadaran akan perilaku hidup bersih dan sehat dimulai dengan membiasakan mencuci tangan dan membuang sampah pada tempatnya. Perilaku membiasakan cuci tangan dan membuang sampah perlu diedukasikan kepada anak usia sekolah untuk mencegah terjadinya penyakit. Tujuan kegiatan ini untuk menanamkan kesadaran anak akan pola hidup bersih dan sehat mengenai cuci tangan enam langkah dengan benar di tatanan sekolah. Metode yang digunakan antara lain observasi, wawancara, dan metode permainan sampai dengan demonstrasi, serta tanya jawab. Penggunaan alat bantu media berupa poster dan tebak mainan jenis sampah dan diakhiri pemberian hadiah pada akhir kegiatan. Hasilnya pemahaman seluruh siswa SD Negeri 05 Penanggal Kabupaten Lumajang tentang cuci tangan dan jenis sampah meningkat, lebih tahu, serta dalam implementasi secara keseluruhan siswa sudah dapat melakukan cuci tangan.

Kata Kunci

Mini game; Edukasi; Perilaku; Sekolah dasar

1. Pendahuluan

SD Negeri 05 Penanggal merupakan salah satu sekolah dasar yang terletak di Desa Penanggal, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lumajang. Hasil survei lapangan yang dilakukan oleh mahasiswa KKN 164 UNEJ Membangun Desa (UMD) menunjukkan bahwa edukasi PHBS di sekolah ini masih terbatas, perilaku cuci tangan belum sepenuhnya diketahui hingga penerapan cuci tangan yang jauh dari harapan. Selain itu, pengetahuan akan jenis sampah juga rata-rata belum diketahui. Beberapa faktor penyebabnya antara lain letaknya di pegunungan, tepatnya di area sekitar Gunung Semeru yang berjarak 40 km ke arah barat dari pusat kota dan belum mendapatkan edukasi dari pihak terkait. Di sisi lain, ada faktor positif dari dipilihnya sekolah ini, yaitu rentang usia murid di sekolah dasar merupakan tahap usia perkembangan yang masih bereksplorasi terhadap segala hal, merupakan calon generasi penerus, dan relatif mudah untuk mendapatkan informasi baru. Oleh karena itu, kelompok KKN 164 UMD berinisiatif untuk melakukan sosialisasi penerapan perilaku hidup bersih sehat sebagai wacana sehat di SD Negeri 05 Penanggal, terutama mengenai bagaimana implementasi enam langkah cuci tangan.

Pendidikan merupakan suatu proses yang diperlukan untuk mendapatkan keseimbangan dan kesempurnaan dalam pengembangan individu maupun masyarakat (Alwahidi, dkk., 2021). PHBS adalah rangkaian tindakan yang dilakukan karena kesadaran yang diperoleh melalui pembelajaran kepada individu, keluarga, kelompok, atau komunitas agar dapat secara independen mengambil tanggung jawab dalam menjaga kesehatan mereka sendiri dan berperan aktif dalam upaya menciptakan kesehatan di masyarakat (Maududi, 2023). PHBS di institusi pendidikan dapat diterapkan oleh siswa, guru, dan semua masyarakat di lingkungan sekolah (Yulloh, dkk., 2023). Menurut Kemenkes RI (2022), PHBS dianggap sangat penting karena dapat meningkatkan kualitas hidup dengan menjaga kesehatan masyarakat serta mengurangi beban penyakit dan biaya perawatan kesehatan. Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi perilaku hidup sehat, seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, termasuk pendidikan di sekolah sehingga pemberian edukasi sejak dini terkait PHBS kepada anak penting (Muhani, dkk., 2022). Apabila perilaku hidup sehat ini tidak disosialisasikan, maka ke depannya akan memberikan dampak buruk tidak hanya dalam hal kesehatan, tetapi juga lingkungan hidup yang rentan penyakit

(Huwae, dkk., 2022). Menurut Muhani, dkk. (2022) data menunjukkan bahwa anak sekolah umur 6—10 tahun lebih rentan terdampak munculnya penyakit-penyakit karena kurangnya penerapan perilaku hidup bersih sehat.

Sasaran kegiatan ini, yaitu SD Negeri 05 Penanggal yang terletak di Desa Penanggal, Kecamatan Candipuro, Kabupaten Lumajang sangat cocok sekali dengan alasan edukasi PHBS dilakukan karena di sekolah ini pengetahuan mengenai PHBS masih dapat dikatakan terbatas dikarenakan letak geografisnya berada di area sekitar Gunung Semeru. Upaya memberikan edukasi secara dini pada anak sangat penting untuk dilakukan agar nantinya anak dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat, terutama terkait implementasi enam langkah cuci tangan. Adapun indikator perilaku hidup bersih sehat yang diajarkan adalah hidup bersih bebas dari sampah, dengan cara bagaimana bisa membedakan sampah organik dan anorganik, dan membiasakan perilaku praktik mencuci tangan dengan enam langkah melalui *fun teaching* dan bermain *game* yang cocok untuk usia anak sekolah dasar. Menurut Abdillah (2019), proses penyuluhan kesehatan dapat mengubah tingkat pengetahuan serta sikap pada siswa dan orang tua. Ketepatan media penyuluhan dan penggunaan media yang menarik saat proses pemberian penyuluhan dapat meningkatkan kemampuan pemahaman pengetahuan dan sikap seseorang. Adapun tujuan diadakannya kegiatan ini adalah untuk meningkatkan kesadaran murid SD Negeri 05 Penanggal Kec. Candipuro Lumajang tentang pentingnya pola hidup bersih dan sehat, khususnya pada pemahaman dan perilaku tentang pengelolaan jenis sampah serta cara mencuci tangan yang benar, dengan harapan nantinya menjadi suatu kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari terkait perilaku PHBS di tatanan sekolah dan rumah tangga.

2. Metode

Terdapat beberapa metode yang digunakan selama kegiatan edukasi PHBS. Metode yang digunakan sebelum kegiatan adalah metode survei lapangan melalui pendekatan observasi dan wawancara *in dept*, untuk mendapatkan data kebutuhan kegiatan. Sementara itu, metode ceramah untuk menyampaikan materi konsep cuci tangan, permainan tebak sampah, dan demonstrasi cara mencuci tangan dengan benar dipilih untuk dilakukan saat proses edukasi berlangsung.

Kegiatan implementasi PHBS ini merupakan bagian dari kegiatan program kerja KKN kelompok 164 UNEJ Membangun Desa yang secara keseluruhan berlangsung selama 45 hari. Dari survei lapangan di SDN 05 Penanggal didapatkan ada total 76 siswa dari kelas satu sampai dengan kelas enam. Ada 6 guru kelas dan 1 kepala sekolah. Dari hasil wawancara secara langsung dengan Ibu Kepala Sekolah dan dewan guru, ada permintaan dan masukan terkait siswa-siswi yang belum mengetahui secara mendalam tentang PHBS, termasuk enam langkah cuci tangan. Jarang sekali siswa melakukan cuci tangan karena mereka belum mengenal hal tersebut sehingga belum menjadi suatu kebiasaan. "*Titip ke adik mahasiswa nanti bila memberikan penyuluhan ke siswa kami buatlah anak kami lebih tertarik tidak tegang,*" kata Ibu Kepala Sekolah kepada kelompok KKN 164 UMD.

Terkait dengan pemilihan metode kegiatan kelompok KKN 164 UMD mengacu pada:

- 1) hasil wawancara yang menunjukkan bahwa perlu penentuan metode pemberian informasi yang membuat siswa nyaman dan rileks, tetapi materi tersampaikan dan tertransfer secara baik kepada siswa, dan
- 2) isi materi terkait enam langkah cuci tangan dan contoh sampah, maka perlu kegiatan yang aplikatif berupa metode demonstrasi yang menyenangkan bagi siswa SD.

Kelompok KKN 164 UMD sepakat menyampaikan materi menggunakan metode *fun teaching*, demonstrasi, bernyanyi, dan bermain *game*. Pengajaran dengan bernyanyi dan *mini game* bertujuan untuk membuat suasana belajar menjadi seru dan tidak membosankan. Pelaksanaan kegiatan tersebut terbagi menjadi tiga sesi, yaitu sesuai Tabel 1.

Tabel 1. *Rundown* acara edukasi

No.	Kegiatan	Waktu
1	Cara membuang sampah sesuai jenis sampah	08.00-08.15
2	Cara mencuci tangan enam langkah	08.15-08.35
3	<i>Ice breaking</i>	08.35-09.05
4	demonstrasi	09.05-09.30

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil Kegiatan

Pada sesi pertama dilakukan pemaparan materi kebersihan tentang pengklasifikasian sampah berdasarkan sifatnya, yaitu organik dan anorganik. Penggunaan beberapa media seperti gambar digunakan sebagai contoh untuk mempermudah siswa dalam mengklasifikasikan sampah organik dan anorganik. Diselipkan pula *mini games* berhadiah pada sela waktu mengajar agar siswa tidak bosan dan bersemangat untuk menghafal dengan cepat tentang pengklasifikasian sampah tersebut, yaitu berupa kegiatan tebak gambar yang berkaitan dengan jenis sampah, baik organik maupun anorganik, seperti pada Gambar 1.



Gambar 1. Bermain game klasifikasi sampah

Sesi kedua, yaitu pemaparan materi mencuci tangan dengan benar menggunakan metode enam langkah cuci tangan dilakukan dengan menggunakan lagu dan gerakan. Metode pembelajaran menggunakan pemilihan demonstrasi tersebut membuat siswa lebih cepat menghafal bagaimana proses mencuci tangan dengan benar. Materinya adalah sebagai berikut.

- 1) Basahi seluruh tangan dengan air bersih mengalir.
- 2) Gosok sabun ke telapak, punggung tangan, dan sela jari.
- 3) Bersihkan bagian bawah kuku-kuku.
- 4) Gosok sela-sela jari hingga bersih
- 5) Bilas tangan dengan air bersih mengalir.
- 6) Keringkan tangan dengan handuk/tisu atau keringkan dengan diangin-anginkan.

Gambar 2(a) memperlihatkan saat edukasi pemberian materi tentang cara mencuci tangan yang benar menggunakan enam langkah. Gambar 2(b) menunjukkan pemaparan materi menggunakan metode demonstrasi cara mencuci tangan secara benar yang secara keseluruhan kegiatan berlangsung menunjukkan para siswa sangat antusias mulai dari memperhatikan sampai dengan mencoba mempraktikkan cara mencuci tangan secara benar.



Gambar 2. Pemaparan materi cuci tangan: (a) Pemaparan materi; (b) Demonstrasi cuci tangan

Rangkaian edukasi setelah demonstrasi cuci tangan dengan benar dilanjutkan dengan praktik mencuci tangan pakai sabun, terlihat pada Gambar 3 para siswa sangat antusias mempraktikkannya dengan penuh gembira dan semangat.



Gambar 3. Praktik cuci tangan pakai sabun

Pada akhir acara edukasi, tim KKN 164 UMD memberikan hadiah kepada para siswa sebagai bentuk apresiasi partisipasi selama proses edukasi PHBS. Pada Gambar 4 terlihat para siswa menunjukkan perasaan riang gembira menerima bingkisan hadiah yang diberikan oleh tim KKN 164 UMD.



Gambar 4. Para siswa yang menerima hadiah

Berdasarkan evaluasi hasil edukasi menggunakan observasi konsep cuci tangan dan pengenalan jenis sampah menunjukkan ada perubahan baik dari tingkat pemahaman sampai dengan perubahan perilaku siswa. Rata-rata seluruh siswa sudah mengetahui dan memahami konsep cuci tangan dan jenis-jenis sampah seperti yang terlihat pada Tabel 2. Perubahan perilaku sudah ditunjukkan para siswa, yaitu siswa sudah dapat melakukan kegiatan mencuci tangan dengan enam langkah dan bisa memilah sampah, baik organik maupun anorganik, seperti yang ditunjukkan pada Gambar 2(b) dan Gambar 3.

Tabel 2. Hasil pengetahuan PHBS cuci tangan siswa SDN 05 Penanggal

No.	Kegiatan	Pengetahuan
1.	Mendefinisikan cuci tangan	Sesuai dan benar
2.	Manfaat mencuci tangan	Sesuai dan benar
3.	Materi tujuan mencuci tangan	Sesuai dan benar
4.	Dampak tidak mencuci tangan	Sesuai dan benar
5.	Momen mencuci tangan	Sesuai dan benar
6.	Peralatan yang diperlukan untuk mencuci tangan	Sesuai dan benar
7.	Teknik enam langkah mencuci tangan	Sesuai dan benar
8.	Beberapa alasan mencuci tangan menggunakan sabun	Sesuai dan benar
9.	Penggunaan air bersih dalam menghilangkan kotoran/kuman	Sesuai dan benar
10.	Beberapa fungsi dari Sabun saat mencuci tangan	Sesuai dan benar

3.2. Pembahasan

Tangan merupakan salah satu penghantar utama masuknya kuman penyakit ke dalam tubuh manusia. Mencuci tangan merupakan kegiatan membersihkan bagian telapak, punggung tangan, jari, dan kuku jari. Tujuannya agar tangan bersih dari kotoran dan membunuh kuman penyebab penyakit yang dapat merugikan kesehatan. Cuci tangan bersih adalah satu indikator untuk perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan mengajarkan anak-anak untuk mencuci tangan sejak dini diharapkan perilaku ini dapat diterapkan dari awal usia dan menjadi kebiasaan. Meskipun hampir semua orang mengerti pentingnya cuci tangan pakai sabun, namun tidak semua membiasakan diri untuk melakukannya dengan benar pada saat yang penting.

Keberhasilan kegiatan edukasi PHBS di SD 05 Penanggal Candipuro Lumajang oleh tim KKN 164 UMD disebabkan oleh penggunaan dan pemilihan metode edukasi yang tepat dengan menyesuaikan usia sasaran, yaitu menggunakan pengajaran berbasis permainan serta demonstrasi untuk melengkapi dan menciptakan transfer ilmu terkhusus perubahan perilaku cara mencuci tangan dengan benar. Meskipun demonstrasi hanya dilakukan sekali, tetapi dilakukan secara serentak kepada seluruh siswa yang dikelompokkan menjadi masing-masing 10 siswa dari total 76 siswa, dengan suasana santai dan disisipi permainan yang berhubungan dengan topik materi sehingga suasana edukasi terlihat seperti bermain-main, tetapi tetap berfokus pada pemberian materi.

Penggunaan metode *fun teaching*, demonstrasi sambil bernyanyi, dan bermain *game* menyebabkan suasana belajar mengajar menjadi interaktif, menyenangkan, dan tidak membosankan, serta yang lebih penting siswa bisa menggali sendiri tingkat pengetahuan dan pemahamannya lewat suatu permainan atau *game*. Selain itu, pengajaran dengan bernyanyi dan *mini game* bertujuan untuk membuat suasana belajar menjadi seru dan tidak membosankan. Dengan pembelajaran yang menyenangkan akan membuat siswa berani bertanya, mencoba atau berbuat, mengemukakan pendapat atau gagasan, dan mempertanyakan gagasan orang lain. Hal ini dibuktikan saat tim edukasi KKN 164 UMD bertanya kepada para siswa ternyata siswa sudah mampu menjawab dengan benar konsep terkait cuci tangan dan

pengelolaan jenis sampah, serta aktif dalam mengikuti kegiatan. Selain itu, ada testimoni dari siswa kelas 4 dan 6 dengan jumlah 35 siswa yang merasa senang dan mengucapkan terima kasih terhadap tim KKN 164 UMD. Ada pula empat perwakilan siswa-siswi dari kelas 3 dan 5 yang juga menuturkan rasa bahagiannya bisa diajari oleh rekan KKN 164 UMD.

Tingkat pemahaman para siswa SDN 05 Penanggal Candipuro Lumajang tentang cara mencuci tangan juga tidak lepas dari penggunaan dan pemilihan metode demonstrasi atau partisipatif langsung dengan keterlibatan secara langsung masing-masing siswa. Dengan demikian materi mencuci tangan tidak hanya menilai ranah pengetahuan saja tetapi juga menilai ranah psikomotor dan juga sikap sehingga dapat disimpulkan pemilihan metode menggunakan demonstrasi secara langsung sudah tepat. Tujuan pendidikan kesehatan harus bisa menilai aspek kognitif, afektif, dan psikomotor termasuk dalam kegiatan edukasi PHBS cara mencuci tangan. Selain itu, proses edukasi harus bisa didesain menggunakan saluran/*channel* media demonstrasi sehingga proses pembelajaran bisa lebih menyenangkan.

Hasil edukasi PHBS yang dilaksanakan tim KKN 164 UMD sudah menunjukkan keberhasilan seperti pada penjelasan di atas. Alasannya, tim edukasi harus bisa memperhatikan tingkat usia dan jumlah sasaran penyuluhan. Bila sasarannya usia anak sekolah dasar maka ada hal penting yang dapat dicermati, yaitu bagaimana bisa mengelola proses penyuluhan dan penggunaan metode secara tepat dan efektif antara lain pemilihan metode permainan, tebak gambar, bernyanyi, serta demonstrasi. Pada kegiatan edukasi PHBS yang dilaksanakan tim KKN 164 UMD belum menggunakan metode edukasi secara bertingkat yang diawali dengan memberikan edukasi kepada para guru, dilanjutkan dari guru ke kader UKS, serta sebagai tutor sebaya setiap kader UKS wajib memberikan edukasi ke seluruh siswa dengan harapan nantinya hasil edukasi berupa transfer ilmu tentang perilaku PHBS menjadi lebih berhasil. Selain itu, perlu juga melibatkan *stakeholder* seperti UPT Dinas Pendidikan dan Kebudayaan dan pelibatan orang tua siswa dalam kegiatan serupa dengan frekuensi berulang bertujuan untuk menamkan suatu kebiasaan cuci tangan bagian dari PHBS di tatanan sekolah dan rumah tangga serta ke depannya dibutuhkan juga fasilitas PHBS di lingkungan sekolah (tempat untuk mencuci tangan dan air bersih yang tersedia dan memadai).

4. Kesimpulan

Simpulan dari hasil kegiatan implementasi PHBS di SDN 05 Penanggal Candipuro Lumajang adalah bahwa kegiatan penyuluhan PHBS sudah berhasil meningkatkan pemahaman dan perilaku tentang jenis dan pengelolaan pembuangan sampah serta tata cara mencuci tangan enam langkah. Hasil ini diperoleh karena dampak dari penggunaan dan pemilihan metode saat edukasi yang digunakan oleh tim edukasi KKN 164 UMD di Desa Candipuro, yaitu menggunakan metode *fun teaching*, demonstrasi sambil bernyanyi, dan bermain *game* menyebabkan suasana belajar mengajar menjadi interaktif, menyenangkan, dan tidak membosankan bagi siswa

Selama kegiatan pengabdian ini tidak ada dana dari pihak luar, tetapi murni pendanaan mandiri dari kelompok KKN 164 UMD. Dengan selesainya kegiatan ini, ke depan dapat lebih dikembangkan kegiatan edukasi pada tatanan PHBS yang lebih luas dengan melibatkan *stakeholder* lain, seperti Dinas Pendidikan dan Kebudayaan setempat, partisipasi orang tua, serta masyarakat lainnya.

5. Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih ditujukan secara khusus kepada pihak SDN 05 Penanggal Candipuro Lumajang, Ibu Kepala Sekolah beserta jajaran bapak ibu guru, para siswa yang sudah berpartisipasi dan interaktif selama proses pemberian edukasi PHBS, dan kepada Dosen Pembimbing Lapangan atas bimbingan dan dukungan, serta lembaga LP2M Universitas Jember yang sudah memfasilitasi selama kegiatan KKN UMD periode semester genap 2022/2023 dilaksanakan.

6. Referensi

- Abdillah, A. (2019). Pengaruh penyuluhan kesehatan jajanan sehat terhadap pemilihan jajanan sehat orang tua Paud Al-Hikmah Desa Kunir Lor, Lumajang. *The Indonesian Journal of Health Science*, 11(1), 61-70. DOI: <https://doi.org/10.32528/ijhs.v11i1.2239>
- Alwahidi, A. A., Sani, M. I., Dewi, A. M., Darmawangsa, S. S., Alawiyah, T. N. A., Rohimah, S., ... & Sukenti, K. (2021). Optimalisasi minat belajar dengan metode *fun learning* pada era *new normal* di Desa Sengkerang, Kecamatan Praya Timur. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 4(2). <https://doi.org/10.29303/jpmpi.v4i2.682>
- Huwae, L. B., Latupono, A. R., Batuwael, C., Seleky, I., Goiny, O., & Hukubun, W. G. (2022). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SD Negeri 2 Amahusu. *Jurnal Masyarakat Mengabdikan Nusantara*, 1(4), 18-24.
- Kementerian Kesehatan Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. (2022). Peran penting PHBS guna mencegah penularan penyakit. https://yanke.kemkes.go.id/view_artikel/240/peran-penting-phbs-guna-mencegah-penularan-penyakit diakses 6 September 2023
- Maududi, A. (2023). Meningkatkan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui metode demonstrasi pada kelompok B TK Negeri Pembina Aikmel. Edisi, 5(2), 29-37.

- Muhani, N., Febriani, C. A., Yanti, D. E., Rahmah, A., Rafika, E., Sari, F. A., Yusuf, G. G., Rudi, R. O. & Pratiwi, Y. A. (2022). Penyuluhan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tatanan sekolah di SDN 01 Langkapura. *Jurnal Loyalitas Sosial*, 1(4), 27-38.
- Yulloh, F. S., Sholihah, N., Andriansya, R. A., Wirayudha, S., Sholihah, Z., & Kumalasari, M. L. F. (2023). Edukasi PHBS (Perilaku hidup bersih dan sehat) melalui kegiatan tadabbur alam di MI Nurul Islam Candipuro Lumajang. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 4(2), 263-273.