



**PENTINGNYA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK
USIA DINI DI TK DANA**

**Rachman Saleh^{1*}, Kadar Risman², Siti Misra Susanti³, Asma Kurniati⁴,
Laila Lamadi⁵, Enisa Maryani⁶**
^{1,2,3,4,5,6}Universitas Muhammadiyah Buton
rahmansaleh428@gmail.com*

Article History:

Received: 02-12-2022

Revised: 21-12-2022

Accepted: 28-12-2022

Keywords: *Hidup Bersih dan Sehat; Taman Kanak-Kanak*

Abstract: *Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk berbagi wawasan dalam mengenalkan dan membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat, khususnya tata cara mencuci tangan pakai sabun yang benar, mengosok gigi, membuang sampah pada tempatnya, membersihkan lingkungan saat bermain untuk menghindari penularan bakteri. Menjaga kebersihan adalah salah satu strategi paling efisien untuk memerangi penyebaran virus; Kegiatan ini akan dilakukan melalui stimulasi langsung kepada anak-anak di TK Dana. Temuan menunjukkan bahwa ada minat anak dalam keahlian PHBS setelah dilakukan stimulasi melalui praktik langsung tentang perilaku hidup bersih dan sehat.*

© 2022 SWARNA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. PHBS bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat. Melalui PHBS diharapkan masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya. (Ode Anhusadar et al., 2020)

Peningkatan kualitas generasi muda didukung oleh aspek kesehatan. Kesehatan anak usia dini yang optimal akan membentuk generasi yang memiliki daya tahan tubuh yang kuat terhadap penyakit dan kecerdasan anak. Usia dini merupakan periode yang sangat mendasar bagi perkembangan individu karena pada masa ini terjadi pembentukan kepribadian dasar individu, penuh dengan kejadian-kejadian penting dan unik yang meletakkan dasar bagi kehidupan seseorang pada masa dewasa.

Perilaku hidup bersih sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat dengan cara mencuci tangan yang baik dan benar.

Maka dari itu kami selaku mahasiswa Universitas Muhammadiyah Buton Program studi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini dalam rangka kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) dituntut untuk berperan dalam penyebaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat diharapkan ke depannya akan membantu para anak - anak usia dini dapat mengenal Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Salah satunya TK Dana yang beralamat di jalan karambau kelurahan katobengke kecamatan betoambari kota baubau yang di mana di tempat ini terdiri dari anak - anak usia 4-6 tahun yang akan medapatkan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan PKM ini dilaksanakan di Taman Kanak-kanak Dana. Kegiatan dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2022. Sasaran dari program pengabdian ini adalah Anak Tk Dana Pelaksanaan dilakukan secara tatap muka (on the spot training) yang diawali dengan dilakukan observasi dan koordinasi dengan pengurus yayasan terkait dengan kesiapan anak. Metode yang akan digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah melalui kegiatan dalam bentuk praktek langsung tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program PKM Edukasi Tentang Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini Di TK Dana terlaksana dengan baik para peserta terlihat antusias dan praktik kegiatan mencuci tangan menggunakan sabun, menggosok gigi dengan baik dan benar, membuang sampah pada tempatnya, serta selalu merapikan seluruh mainan jika telah bermain. Kepala sekolah TK dana juga mengharapkan akan adanya kegiatan yang berkelanjutan agar dapat terus memberikan ilmu yang bermanfaat ke satuan PAUD.

Manfaat PHBS secara umum adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut menjadi penting untuk dilakukan agar masyarakat sadar dan dapat mencegah serta mengantisipasi atau menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang mungkin muncul. Selain itu, dengan menerapkan dan mempraktikan PHBS diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Dalam implementasinya, kebermanfaatn PHBS ini dapat diterapkan di berbagai area, seperti sekolah, tempat kerja, rumah tangga, dan masyarakat. Pengabdian masyarakat dengan tema edukasi Tentang Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Usia Dini di TK Dana dilaksanakan dengan antusias. Fokus Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kegiatan ini nampak pada gambar sebagai berikut :



Gambar 1. (i)



Gambar 1. (ii)



Gambar 1. (iii)



Gambar 1. (iv)

Gambar 1. Stimulasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Di TK Dana

Kegiatan stimulasi pada pengabdian di TK Dana diawali dengan langkah cuci tangan pakai sabun sesuai dengan permasalahan di lokasi. Peserta dalam kegiatan ini dilakukan dalam bentuk praktik, sosialisasi, dan tanya jawab. Tim pelaksana melakukan diskusi dengan pihak Pengurus Taman kanak-kanak terkait pemahaman dan pelaksanaan kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di lingkungan satuan PAUD. Salah satu program dari pihak Taman Kanak-kanak adalah menciptakan lingkungan Taman Kanak-kanak yang hijau, bersih, rapi dan sehat (Pusparini et al., 2020). Hal ini kemudian sangat mendukung program Taman Kanak-kanak dan direspon dengan baik oleh Ketua yayasan. Melalui kegiatan ini diharapkan meningkatnya kualitas pendidikan dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terkhusus mengenai pembiasaan cuci tangan kepada anak Taman Kanak-kanak bisa tercapai (Maciej Serda et al., 2021). Sosialisasi diikuti dengan antusias oleh semua peserta di mana beberapa peserta mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan. Peserta yang aktif diberikan hadiah oleh mahasiswa. Makna dari cara mencuci tangan dengan sabun yang baik dan benar seorang anak akan mampu menerapkan kebiasaan menjaga kebersihan dan kesehatan dari hal yang sederhana dan mudah dilakukan. Hal ini akan membawa perbedaan besar untuk kesehatan.

Kegiatan stimulasi selanjutnya adalah menggosok gigi. Kegiatan ini dilaksanakan dengan tujuan menjaga kesehatan gigi anak sejak dini melalui praktik secara langsung di taman kanak-kanak dana (Maciej Serda et al., 2019). Dengan begitu, diharapkan melalui kegiatan praktik ini bisa menjadi kebiasaan dan membantu anak-anak memiliki kesadaran yang tinggi untuk melaksanakan secara rutin seumur hidup. Kegiatan stimulasi ini mendapat respon baik oleh guru-guru dan kepala sekolah taman kanak-kanak dana. Lanjut dari itu kegiatan pengabdian masyarakat yang menstimulasi anak-anak untuk membuang sampah pada tempatnya berhasil memberikan informasi dan praktik membuang sampah pada tempatnya kepada anak TK Dana. Dengan adanya tong sampah yang disediakan oleh pendidik, anak-anak TK Dana sudah mampu mempraktikkan membuang sampah pada tempatnya. Selama proses stimulasi yang diberikan anak-anak sangat antusias melaksanakan dengan penuh semangat praktik harian membuang sampah kering dan lembab di tempat sampah yang telah disediakan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian ini telah memberikan pengetahuan kepada pihak satuan terkait dengan praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang baik dan benar pada anak serta mendapat dukungan dari Kepala Sekolah Taman Kanak-kanak Dana. Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat telah terlaksana dan menyadarkan anak untuk

selalu membiasakan diri menjaga, memelihara kebersihan dan kesehatan. Selanjutnya, kegiatan ini perlu dilaksanakan secara bertahap dengan indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sehingga dapat menjadi kebiasaan yang akan sering dilakukan oleh anak untuk mempraktikkan dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Kepala Sekolah Tk Dana Ibu Nasriati, S.Pd beserta pendidik dan tenaga kependidikan. Kepada Bapak/Ibu Dosen Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah buton, terkhusus kepada ketua tim bapak Rachman Saleh, S.Pd.I., M.Pd pendamping pelaksanaan PKM. Kepada seluruh anak Tk Dana semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dalam penyelesaian program Pengabdian Kepada Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Maciej Serda, Becker, F. G., Cleary, M., Team, R. M., Holtermann, H., The, D., Agenda, N., Science, P., Sk, S. K., Hinnebusch, R., Hinnebusch A, R., Rabinovich, I., Olmert, Y., Uld, D. Q. G. L. Q., Ri, W. K. H. U., Lq, V., Frxqwu, W. K. H., Zklfk, E., Edvgh, L. v, ...)2019. (فاطمى, ح). Perspektif Orang Tua pada Kesehatan Gigi Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 3(1), 161–169. <https://doi.org/10.2/JQUERY.MIN.JS>
- [2] Maciej Serda, Becker, F. G., Cleary, M., Team, R. M., Holtermann, H., The, D., Agenda, N., Science, P., Sk, S. K., Hinnebusch, R., Hinnebusch A, R., Rabinovich, I., Olmert, Y., Uld, D. Q. G. L. Q., Ri, W. K. H. U., Lq, V., Frxqwu, W. K. H., Zklfk, E., Edvgh, L. v, ...)2021. (فاطمى, ح). Edukasi Kesehatan Mengenai Praktik Cuci Tangan pada Guru sebagai Upaya Pencegahan Covid-19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(2), 894–902. <https://doi.org/10.2/JQUERY.MIN.JS>
- [3] Ode Anhusadar, L., Islam Anak Usia Dini, P., Agama Islam Negeri Kendari, I., Tinggi Ilmu Kesehatan, S., & Waluya Kendari, M. (2020). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463–475. <https://doi.org/10.31004/OBSESI.V5I1.555>
- [4] Pusparini, Isdiany, N., & Tursilowati, S. (2020). The effects of multiple-nutrients fortified biscuits and/or psychosocial parenting education intervention programs on anthropometric and cognitive measures of toddlers. *Journal of Nutritional Science and Vitaminology*, 66, S443–S449. <https://doi.org/10.3177/JNSV.66.S443>