

**Inovasi Pembelajaran “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)” Terhadap PAUD di  
Kecamatan Rungkut dalam Membangun Pola Hidup Sehat Sejak Dini**

**Putri Azwania Arumie**

*Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,*

[pazwaniarumie@yahoo.com](mailto:pazwaniarumie@yahoo.com)

**Fransisca Benedicta Avira Citra Paramita**

*Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,*

[citraparamita@untag-sby.ac.id](mailto:citraparamita@untag-sby.ac.id)

**Abstrak**

Di PAUD Cempaka, anak-anak masih belum terbiasa melakukan PHBS. Masih banyak anak-anak yang tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, tidak mendapatkan tidur yang cukup karena terlalu asik bermain game di smartphone, tidak mau mengonsumsi sayuran dan buahan, masih membuang sampah sembarangan. Inilah pentingnya penerapan PHBS sejak dini. Metode pelaksanaan kegiatan KKN ini berupa, survey; dimana penulis mendatangi tempat kegiatan KKN berlangsung, analisis situasi; melihat keadaan lapangan; mengamati apa yang menjadi masalah di tempat kegiatakan KKN berlangsung, masalah; pada tahap ini penulis mampu mengidentifikasi masalah yang di hadapi oleh mitra, ide; pada tahap ini penulis mendapat inspirasi untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh mitra, koordinasi; penulis dan mitra berdiskusi mengenai apakah ide yang ada sudah sesuai atau bisa mengatasi masalah yang dihadapi mitra, persetujuan; pada tahap ini mitra menyetujui ide, dan pelaksanaan; pada tahap pelaksanaan KKN akan berlangsung selama 12 hari. Luaran yaitu berupa artikel massa, artikel ilmiah, dan video inspiratif. Untuk hasil dari kegiatan KKN ini yaitu buku panduan dan poster. Dengan pengenalan PHBS pada siswa PAUD Cempaka, penulis harap anak-anak dan guru PAUD dapat mengaplikasikan kegiatan PHBS di sekolah maupun di rumah.

Kata kunci: Inovasi Pembelajaran, Siswa PAUD, Pola Hidup Bersih dan Sehat

**Pendahuluan**

Dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tubuh kita akan merasakan banyak manfaat. Hal ini bisa diaplikasikan dengan mudah di kehidupan sehari-hari dengan cara merubah sedikit kebiasaan yang dilakukan. PHBS ialah upaya yang memiliki tujuan agar masyarakat bisa hidup dalam lingkungan yang bersih dan sehat, hal ini bisa dicapai dengan cara menciptakan kondisi yang kondusif untuk individu, keluarga, kelompok, dan juga masyarakat.

Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan telah memperkenalkan pelaksanaan PHBS sejak tahun 1996, akan tetapi cakupan pelaksanaan PHBS diketahui masih rendah. Untuk itu Kementerian Kesehatan membuat aturan dan arahan pelaksanaan PHBS melalui Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Sebagai penjabaran dari Permenkes tersebut, dalam buku pedoman pembinaan PHBS disebutkan bahwa derajat kesehatan masyarakat yang masih belum optimal pada hakikatnya dipengaruhi oleh kondisi lingkungan, perilaku masyarakat dan sistem pelayanan kesehatan yang masih kurang optimal. (Rahman & Patilaiya, 2018)

Pendidikan pengembangan karakter memiliki tujuan untuk menumbuhkembangkan karakter dan perilaku siswa agar searah dengan nilai-nilai dan tradisi budaya bangsa. (Yenti & Maswal, 2021). Inilah pentingnya menerapkan PHBS sejak dini, namun hal ini harus dibiasakan dari lingkungan rumah dan juga di lingkungan sekolah. Lingkungan rumah

merupakan salah satu komponen penting dalam penerapan PHBS karena anak lebih banyak menghabiskan waktu di lingkungan rumah. Komponen ini membentuk kepribadian dan kebiasaan anak. Namun selain lingkungan rumah, kepribadian dan kebiasaan seorang individu juga bisa dibentuk pada lingkungan sekolah.

PAUD pada dasarnya memiliki tujuan untuk membina, menumbuhkan, dan mengembangkan seluruh potensi anak usia dini secara optimal sehingga terbentuk perilaku dan kemampuan dasar sesuai dengan tahap perkembangannya agar memiliki kesiapan untuk memasuki pendidikan selanjutnya. Seorang guru merupakan fasilitator, demonstrator, pembimbing, motivator, dan evaluator. Oleh karena itu pendidikan sejak usia dini juga berperan penting dalam pembentukan karakter seorang anak. (Yenti & Maswal, 2021) PHBS perlu diterapkan sejak dini agar siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekitar PAUD terhindar dari penyakit. Munculnya sebagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10 tahun), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. (DLH, 2020) Penerapan PHBS di sekolah merupakan upaya untuk guru, siswa, dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari ancaman penyakit. Hal ini bisa dilakukan dengan tidak membuang sampah sembarangan, tidak meludah sembarangan, membeli jajanan sehat atau membawa bekal sendiri, dan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. Penerapan PHBS sejak dini selain untuk menghindari dari penyakit yang disebabkan oleh isu kebersihan, hal ini juga bertujuan untuk membangun karakter sehat dan cinta kebersihan sejak dini.

Diharapkan dengan kegiatan ini, PHBS dapat diterapkan oleh banyak orang agar bisa menjadi budaya yang baru di era ini dan juga bermanfaat bagi dirinya sendiri, masyarakat, maupun bangsa dan negara.

## Metode



### 1. Survey

Survey lokasi merupakan proses untuk melakukan observasi dimana kegiatan KKN akan berlangsung.

### 2. Analisis situasi

Analisis situasi merupakan proses dimana penulis mulai mengamati keadaan sekitar dan mulai membuat program untuk membantu mitra.

3. Permasalahan

Pada tahap ini penulis diharapkan sudah mampu mengidentifikasi masalah yang dihadapi oleh mitra.

4. Ide

Dalam tahapan ini penulis diharapkan mampu memunculkan idea atau gagasan yang sesuai untuk menyelesaikan masalah mitra.

5. Koordinasi

Setelah menemukan ide, penulis melakukan koordinasi dengan mitra tentang program yang akan dilakukan.

6. Persetujuan

Setelah melakukan koordinasi dengan mitra, penulis akan berdiskusi apakah ide yang ada bisa mengatasi permasalahan yang dihadapi.

7. Pelaksanaan

Pelaksanaan merupakan proses KKN yang dilakukan secara langsung dengan cara terjun ke lapangan.

### Hasil Dan Pembahasan

Tanggal	Nama kegiatan	Kegiatan	Dokumentasi
7 Juni 2022	Koordinasi dengan mitra	Untuk melakukan kegiatan KKN, maka pelaksana dan mitra harus melakukan koordinasi tentang bagaimana kegiatan seharusnya berlangsung.	
10 Juni 2022	Merundingkan materi dengan mitra	Pelaksana dan mitra mendiskusikan materi apa saja yang sesuai untuk diajarkan pada siswa PAUD Cempaka	

12 Juni 2022	Membuat design untuk cover buku panduan, poster, dan stiker	Dalam kegiatan KKN ini diperlukan luaran tambahan, maka untuk memenuhi aspek ini pelaksana membuat design buku panduan, stiker dan juga poster.	 <p><b>BUKU PANDUAN POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)</b></p>  <p>Dicetak oleh: NOVA PUTRI AZWANIA ARUMIE NRP: 1111900009</p> <p>LPPM UNTAC SURABAYA</p> <hr/>  <p>OLEH PUTRI A. ARUMIE KKN UNTAC '45 TAHUN 2022</p>  <p>cara <b>MENCUCI TANGAN YANG BERSIH</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>Basahi tangan</li><li>Gunakan sabun</li><li>Cuci tangan selama 30 detik</li><li>Bilas dan keringkan</li></ul> <p>KKN UNIVERSITAS 17 AGUSTUS '45 TAHUN 2022 SURABAYA</p>
-----------------	-------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

13 Juni 2022	Mencetak buku panduan, poster, dan stiker	Pada kegiatan KKN ini pelaksana berniat memberikan poster, buku panduan, dan juga handsanitizer dengan stiker berlogo UNTAG kepada mitra, maka dari itu pelaksana perlu mencetak design yang sudah dibuat.	
15 Juni 2022	Membeli alat dan bahan	Untuk melaksanakan kegiatan KKN pelaksana memerlukan alat dan bahan yang tidak disediakan oleh mitra.	
16 Juni 2022	Bermain kolase	Untuk mengasah kreativitas siswa PAUD Cempaka, pelaksana dan mitra sepakat untuk memasukkan program ini	

		dalam kegiatan KKN.	
17 Juni 2022	Mengenalkan makanan 4 sehat 5 sempurna dengan bermain origami	Dengan origami yang memiliki beragam dan warna, siswa PAUD Cempaka bisa dengan mudah mengenal dan mengingat makanan apa saja yang termasuk dalam makanan 4 sehat 5 sempurna	
18 Juni 2022	Olahraga	Olahraga merupakan salah satu aktivitas penting yang harus diterapkan dalam PHBS, maka dari itu pelaksana dan mitra sepakat untuk melakukan materi ini.	
19 Juni 2022	Menyampaikan materi mencuci tangan yang baik dan benar	Pada kegiatan ini pelaksana yang dibantu oleh mitra dalam menyampaikan cara mencuci tangan yang baik dan benar pada siswa PAUD	

		Cempaka, yang lalu menerapkannya dengan mencuci tangan dengan handsanitizer.	
20 Juni 2022	Memberi materi cara hidup bersih dan sehat	Pelaksana mempraktekkan bagaimana cara hidup bersih dan sehat dengan cara membuang sampah pada tempatnya	
21 Juni 2022	Mewarnai	Selain bermain kolase, pelaksana dan mitra sepakat untuk menambahkan mewarnai dalam program KKN untuk mengasah kreativitas	
22 Juni 2022	Pembagian cinderamata	Sebagai bentuk rasa terima kasih dan untuk kenang-kenangan, pelaksana memutuskan untuk memberikan pensil, penghapus dan handsanitizer pada siswa dan handsanitizer kepada guru di	

		PAUD Cempaka	
--	--	-----------------	--

### Kesimpulan

Kegiatan KKN dengan judul "Inovasi Pembelajaran "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)" Terhadap PAUD Di Kecamatan Rungkut Dalam Membangun Perilaku Hidup Sehat Sejak Dini" yang dilaksanakan selama 12 hari berjalan dengan lancar tanpa kendala. Ketua RT dan mitra terlihat jelas menyambut hangat serta mendukung penuh kegiatan ini.

### Ucapan Terima Kasih

Berisi ucapan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah membantu terselesaikannya pelaksanaan kegiatan pengabdian.

### Daftar Pustaka

- DLH. (2020). *PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SEKOLAH*.  
<https://dlh.bulelengkab.go.id/informasi/detail/artikel/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-di-sekolah-13>
- Narulita, L. F. (2018). Pengaruh Proses Stemming Pada Kinerja Analisa Sentimen Pada Review Buku. *JHP17: Jurnal Hasil Penelitian*, 3(01).
- Nuria, R. (2018). Pengembangan Modul Pembelajaran Hidup Sehat Anak Usia Dini Pada Taman Kanak-Kanak. *Jurnal Golden Age*, 2(02), 96.  
<https://doi.org/10.29408/goldenage.v2i02.1052>
- Rahman, H., & Patilaiya, H. La. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 2(2), 251.  
<https://doi.org/10.30595/jppm.v2i2.2512>
- Yenti, Y., & Maswal, A. (2021). Pentingnya Peran Pendidik dalam Menstimulasi Perkembangan Karakter Anak di PAUD. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5, 2045-2051.  
<https://jptam.org/index.php/jptam/article/view/1218%0Ahttps://jptam.org/index.php/jptam/article/download/1218/1088>