



## Penyuluhan PHBS di MI NU TBI Klumpit Guna Menghadapi Kenormalan Baru

Astrilia Damayanti<sup>1✉</sup>, Winda Risma Fitriyani<sup>2</sup>, Rika Alda Qurnaini<sup>3</sup>, Maftuchan Maftuchan<sup>4</sup>, Fita Triani<sup>5</sup>, Anggun Maharani<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Teknik, Universitas Negeri Semarang

<sup>2,3</sup>Fakultas Bahasa dan Seni, Universitas Negeri Semarang

<sup>4</sup>Fakultas Ilmu Sosial, Universitas Negeri Semarang

<sup>5,6</sup>Fakultas Ekonomi, Universitas Negeri Semarang

E-mail: [astrilia.damayanti@mail.unnes.ac.id](mailto:astrilia.damayanti@mail.unnes.ac.id), [windarismafitriyani@students.unnes.ac.id](mailto:windarismafitriyani@students.unnes.ac.id), [rikaalda60@gmail.com](mailto:rikaalda60@gmail.com), [maftuchan34@gmail.com](mailto:maftuchan34@gmail.com), [fitatriani21@gmail.com](mailto:fitatriani21@gmail.com), [anggunmaharani@students.unnes.ac.id](mailto:anggunmaharani@students.unnes.ac.id)

**Abstrak.** Kasus terkonfirmasi positif COVID-19 di Indonesia masih belum menemui tanda-tanda penurunan. Era Kenormalan Baru pun perlahan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Untuk menghadapinya, seluruh elemen negara wajib mematuhi protokol kesehatan dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Namun, kesadaran masyarakat terhadap penerapan PHBS masih sangat rendah di daerah pedesaan. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan PHBS ini dilakukan di MI NU TBI Klumpit dengan tujuan untuk menumbuhkan kesadaran dalam diri anak-anak agar menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu juga agar anak-anak ini bisa menjadi tonggak penggerak penegakan PHBS dalam tatanan kehidupan masyarakat, khususnya di Desa Klumpit. Metode yang digunakan dalam proses pelaksanaan kegiatan pengabdian ini adalah metode ceramah interaktif dengan bantuan media poster dan video. Seluruh rangkaian kegiatan berjalan dengan lancar walau ada beberapa kendala yang muncul selama proses pelaksanaan. Kegiatan ini dikatakan berhasil karena para siswa sebagai peserta penyuluhan menunjukkan antusiasmenya pada tahap evaluasi yang dilakukan secara lisan.

**Abstract.** Positive confirmed cases of COVID-19 in Indonesia are still not seeing signs of decline. The New Normal Era is slowly being implemented in everyday life. To deal with this, all elements of the state must comply with health protocols and implement clean and healthy living behavior (PHBS). However, public awareness of the implementation of PHBS is still very low in rural areas. This community service activity in the form of PHBS counseling was carried out at MI NU TBI Klumpit with the aim of raising awareness in children to apply PHBS in everyday life. In addition, so that these children can become a milestone in the enforcement of PHBS in the order of people's lives, especially in Klumpit Village. The method used in the process of implementing this service activity is the interactive lecture method with the help of posters and video media. The whole series of activities went smoothly although there were several obstacles that arose during the implementation process. This activity was said to be successful because the students as participants in the counseling showed their enthusiasm at the evaluation stage which was carried out orally.

**Keywords:** healthy; lifestyle; counseling at school; new normal era.

### Pendahuluan

Penyebaran virus corona (SARS-CoV-2) atau COVID-19 yang telah ditetapkan oleh WHO sebagai pandemi global pada tanggal 11 Maret 2020 lalu masih mengalami kenaikan. Jumlah kasus terkonfirmasi positif per 17 Agustus 2020 telah mencapai angka 21.549.706 yang tersebar di 215 negara (Worldometer, 2020). Kenaikan jumlah kasus positif juga terjadi di Indonesia. Per 17 Agustus 2020, jumlah kasus terkonfirmasi positif di Indonesia mengalami penambahan sebanyak 1.821 kasus sehingga menjadi 141.370 kasus. Dari 34 provinsi yang sudah terpapar COVID-19, Provinsi Jawa Tengah menempati urutan ketiga penyumbang kasus terkonfirmasi positif terbanyak setelah DKI Jakarta dan Jawa Timur dengan jumlah kasus terkonfirmasi positif sebanyak 11.675 kasus (Pemkab Kudus, 2020). Salah satu daerah di Jawa Tengah yang terpapar virus corona adalah Kabupaten

Kudus dengan kasus terkonfirmasi positif per 17 Agustus 2020 sebanyak 902 kasus dan 108 kematian (Pekab Kudus, 2020).

Upaya pemutusan rantai penyebaran COVID-19 harus dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat. Selain dengan cara mematuhi protokol kesehatan ketika melakukan aktivitas di luar rumah, penumbuhan kesadaran diri untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) juga diperlukan guna mencegah diri tertular COVID-19. Hal ini sesuai dengan visi umum promosi kesehatan *World Health Organization* (WHO) yaitu dunia tempat setiap orang dapat hidup sehat dan produktif untuk mengatasi faktor penentu sosial, ekonomi dan politik kesehatan sehingga mampu meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan orang di mana pun (WHO, 2020). Sedangkan tujuan utama dari gerakan PHBS yang dicanangkan oleh Promosi Kesehatan Kementerian Kesehatan RI adalah meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu-individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat (Menkes RI, 2016).

Program PHBS yang digalakkan oleh Kementerian Kesehatan RI ada pada tatanan rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum (Menkes RI, 2016). Namun kenyataannya, kesadaran akan penerapan PHBS pada masyarakat di Indonesia masih sangat rendah, terutama pada masyarakat yang tinggal di daerah pedesaan, khususnya di Desa Klumpit, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus, di mana masih banyak dijumpai warga yang tidak mematuhi protokol kesehatan ketika beraktivitas di luar rumah, baik itu orang dewasa maupun anak-anak. PHBS di sekolah merupakan salah satu perilaku yang dapat dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran (Proverawati, 2012).

Sekolah Dasar merupakan tempat yang strategis untuk menggalakkan kampanye PHBS (Kementrian PPNRI, 2020) karena pengetahuan responden yang masih rendah akibat tingkat pendidikannya rendah (Notoatmodjo, 2010). Sehingga, sikap dan peran guru menjadi jembatan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa (Kwureh, 2016). Selain itu, usia anak pada jenjang Sekolah Dasar merupakan usia keemasan karena anak-anak pada kelompok usia tersebut mudah menerima inovasi baru dan mempunyai keinginan kuat untuk menyampaikan pengetahuan serta informasi kepada orang lain (Susilowati, 2016). Karena itulah anak-anak pada rentang usia Sekolah Dasar merupakan sasaran yang strategis untuk menjadi penggerak penegakan PHBS dalam tatanan kehidupan, utamanya pada era Kenormalan Baru sekarang ini.

Seiring dengan penetapan Kenormalan Baru yang perlahan mulai diterapkan, ada beberapa Sekolah Dasar dan setingkatnya yang sudah mulai meninggalkan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) dan beralih pada pembelajaran tatap muka. Madrasah Ibtidaiyah NU TBI Klumpit adalah salah satunya. MI NU TBI Klumpit melaksanakan pembelajaran tatap muka dengan jadwal masuk yang bergilir. Hanya dua kelas saja yang dijadwalkan melakukan pembelajaran tatap muka setiap harinya. Hal ini dilakukan sebagai antisipasi agar tidak terbentuk terlalu banyak kerumunan di satu tempat.

Seiring dengan keberanian sekolah dalam mengambil keputusan untuk mengakhiri Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) di tengah pandemi yang belum menunjukkan tanda-tanda penurunan, sekolah wajib untuk menyediakan fasilitas yang mendukung seluruh elemen sekolah untuk mematuhi protokol kesehatan. Salah satu fasilitas tersebut adalah lingkungan yang bersih. Hal tersebut beberapa di antaranya adalah tempat cuci tangan, tempat sampah di setiap kelas, ruang kelas yang bersih, dan toilet yang bersih. Walau pihak sekolah sudah menyediakan fasilitas yang layak seperti itu, tetapi jika tidak diimbangi dengan perilaku warga sekolah untuk hidup bersih dan sehat akan terasa percuma.

Hasil pengamatan langsung yang sudah penulis lakukan menunjukkan masih banyak siswa MI NU TBI Klumpit yang belum mencuci tangan sebelum masuk ke dalam kelas atau pun sebelum makan dan yang belum memakai masker dengan baik dan benar. Perilaku tidak mematuhi protokol kesehatan di masa pandemi ini disebabkan oleh rendahnya kesadaran warga sekitar untuk menjaga

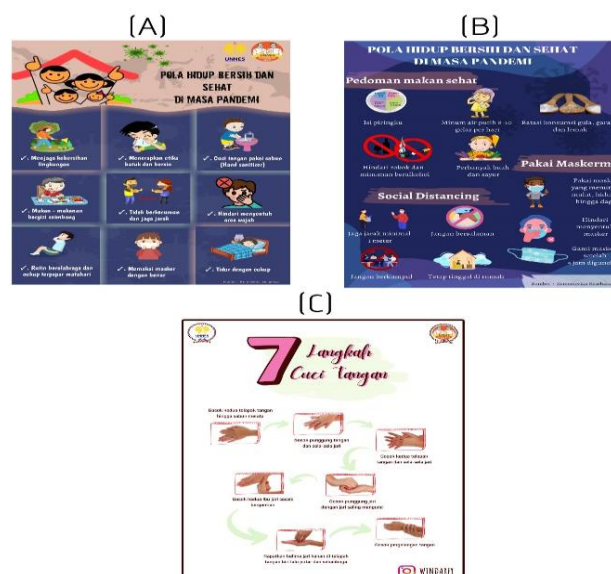
diri agar tidak tertular COVID-19. Sikap tak acuh dari orang dewasa ini pada akhirnya dilakukan juga oleh anak-anak yang pada dasarnya memiliki sifat cenderung meniru perilaku orang dewasa.

Untuk itu, penulis mengadakan kegiatan pengabdian berupa penyuluhan PHBS di lingkungan sekolah kepada siswa di MI NU TBI Klumpit. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk menumbuhkan kesadaran dalam diri anak-anak agar menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Penulis juga berharap agar anak-anak ini bisa menjadi tonggak penggerak penegakan PHBS dalam tatanan kehidupan masyarakat, khususnya di Desa Klumpit.

## Metode

Pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan PHBS ini berlokasi di Madrasah Ibtidaiyah (MI) NU TBI Klumpit, di Dukuh Pedak, Desa Klumpit RT 06 RW 01, Kecamatan Gebog, Kabupaten Kudus. Sasaran dari kegiatan ini adalah siswa kelas V dan kelas VI dengan jumlah masing-masing siswa di setiap kelasnya adalah 15 dan 20 siswa. Mengingat penulis yang berjumlah 5 orang, maka masing-masing kelas diisi oleh 3 dan 2 penulis untuk melaksanakan penyuluhan. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Kamis, tanggal 13 Agustus 2020 dengan tujuan untuk menumbuhkan kesadaran dalam diri anak-anak mengenai pentingnya PHBS dan menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui beberapa tahap. Tahap pertama adalah tahap pengamatan. Penulis turun langsung ke lapangan untuk mengamati bagaimana penerapan PHBS di lingkungan MI NU TBI Klumpit. Tahap selanjutnya adalah pengurusan perizinan kepada Kepala Madrasah Ibtidaiyah NU TBI Klumpit. Setelah proses perizinan selesai dan tanggal pelaksanaan sudah disetujui oleh kedua belah pihak, maka tahap selanjutnya adalah tahap pelaksanaan. Tahap ini dilakukan dengan menggunakan metode ceramah interaktif. Menurut Sagala (2009: 201), metode ceramah adalah sebuah bentuk interaksi melalui penerangan dan penuturan lisan dari guru kepada peserta didik. Dalam pelaksanaan ceramah untuk menjelaskan uraiannya, guru dapat menggunakan alat-alat bantu seperti gambar, dan audio visual lainnya. Dalam konteks pengabdian yang dilakukan di MI NU TBI Klumpit ini, penulis berperan sebagai guru dan media yang digunakan sebagai sarana penyampaian materi adalah poster yang berjudul “Pola Hidup Bersih dan Sehat di Masa Pandemi” dan video mengenai 7 langkah cuci tangan. Tahap akhir dari kegiatan pengabdian ini adalah penyusunan artikel pengabdian.



Gambar 1. Materi Penyuluhan Poster (a) Pola Hidup Sehat (b) Protokol Kesehatan (c) Langkah Cuci Tangan

## Hasil dan Pembahasan

Tahap pelaksanaan dari kegiatan penyuluhan PHBS yang dilakukan di MI NU TBI Klumpit ini dilakukan dalam lima tahap. Tahap pertama adalah pengenalan. Tahap ini berisikan pengenalan dari penulis. Pada tahap ini pula penulis mengungkapkan kepada para siswa mengenai tujuan dari kedatangan penulis di kelas mereka. Tahap selanjutnya adalah apersepsi. Pada tahap apersepsi ini, penulis melemparkan beberapa pertanyaan yang akan menggiring pemikiran siswa pada permasalahan bagaimana cara manusia untuk melindungi diri agar tidak tertular COVID-19 (Gambar 2). Para siswa terlihat masih malu-malu dalam menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diberikan pada tahap ini.

Tahap berikutnya adalah penyampaian materi. Penulis yang berperan sebagai guru pada tahap ini menyampaikan materi menggunakan metode pembelajaran ceramah interaktif dengan media poster. Penyampaian materi disertai dengan peragaan, seperti tata cara memakai masker (Gambar 3), social distancing (Gambar 4), dan cuci tangan menggunakan sabun (Gambar 5). Pada tahap ini, para siswa terlihat mulai antusias dengan materi yang disampaikan. Hal ini dikarenakan dalam penyampaian materi, penulis melakukan komunikasi dua arah. Tak hanya mendengarkan, siswa juga diminta untuk berperan aktif menyuarakan pemikiran mereka dengan cara memberikan jawaban atas beberapa pertanyaan kecil yang penulis berikan. Tahap ini pula, penulis juga mengajak para siswa untuk bersama-sama mempragakan 7 langkah cuci tangan menggunakan media video.

Tahap selanjutnya adalah praktik. Setelah para siswa mengetahui bagaimana langkah-langkah dalam mencuci tangan dengan benar, mereka kemudian diminta untuk mempraktikkan pengetahuan tersebut menggunakan air mengalir dan sabun yang sudah disediakan di depan sekolah (Gambar 6). Tidak semua siswa berperan dalam tahap ini, hanya 4 siswa terpilih yang mengikuti praktik cuci tangan pakai sabun dengan didampingi oleh satu penulis dari masing-masing kelas. Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian ini adalah evaluasi. Tahap ini bertujuan untuk mengetahui apakah para siswa memahami betul materi mengenai PHBS. Evaluasi dilakukan secara lisan dengan cara melemparkan pertanyaan seputar materi yang telah disampaikan (Gambar 7). Siswa yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar akan diberikan penguatan (*reinforcement*) berupa makanan ringan. Para siswa sangat antusias pada tahap ini. Hal ini ditandai dengan jumlah siswa yang mengangkat tangan pertanda hendak menjawab pertanyaan selalu lebih dari setengah populasi pada setiap pertanyaan yang penulis ajukan.



Gambar 2. Tahap Apersepsi



**Gambar 3.** Penyampaian Materi Tata Cara Memakai Masker



**Gambar 4.** Penyampaian Materi Social Distancing



**Gambar 5.** Pemeragaan Cuci Tangan Menggunakan Sabun



**Gambar 6.** Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun



**Gambar 7.** Tahap Evaluasi

Melihat dari seluruh tahapan kegiatan pengabdian yang telah dilakukan, pelaksanaan kegiatan pengabdian ini terbilang berhasil karena semua siswa yang menjadi peserta penyuluhan mendapatkan makanan ringan. Bahkan ada beberapa dari mereka yang mendapat dua bungkus makanan ringan. Hal ini menandakan bahwa seluruh peserta penyuluhan memahami dengan baik materi PHBS yang telah disampaikan.

Walau begitu, ada beberapa kendala teknis saat penyuluhan PHBS ini. Pertama, waktu dimulainya kegiatan yang seharusnya adalah pukul 09:00 WIB mundur sekiranya 10 menit sehingga kegiatan baru bisa dimulai pada pukul 09:10 WIB. Keterlambatan waktu dimulainya kegiatan ini dikarenakan adanya keterlambatan pada waktu istirahat siswa. Kelas sebelumnya yang seharusnya berakhir pada pukul 09:45 WIB justru berakhir 10 menit lebih lambat sehingga keterlambatan pada kelas selanjutnya pun tidak dapat dihindarkan. Namun, pihak sekolah tidak mempermasalahkannya.

Kendala kedua yang menghambat proses pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini adalah tidak adanya fasilitas proyektor di dalam kelas. Hal ini mengakibatkan hanya siswa pada barisan depan saja yang dapat melihat video langkah-langkah cuci tangan yang diputar melalui ponsel. Solusi yang diberikan penulis adalah ikut memperagakan langkah-langkah cuci tangan di depan kelas sehingga siswa yang berada pada barisan belakang juga bisa mendapatkan ilmu yang sama dengan siswa yang berada pada barisan depan.

### Simpulan

Kegiatan pengabdian yang berupa penyuluhan PHBS di MI NU TBI Klumpit terlaksana dalam 5 tahap, yaitu tahap pengenalan, tahap apersepsi, tahap penyampaian materi, tahap praktik, dan tahap evaluasi. Terdapat dua kendala yang sedikit menghambat proses pelaksanaan kegiatan ini, yaitu keterlambatan dimulainya kegiatan dan tidak adanya fasilitas proyektor di kelas. Namun, mampu mengatasi kendala yang muncul dengan cukup baik. Kegiatan penyuluhan PHBS ini dikatakan berhasil karena setiap anak menunjukkan bahwa mereka memahami dengan baik materi PHBS yang telah disampaikan.

### Referensi

- Kementrian PPNRI. (2020). Panduan Penyusunan Dokumen Perencanaan Strategis Sanitasi Sekolah.
- Kwureh, H.N. (2016). Hubungan Jenis Kelamin, Pengetahuan, Sikap dan Peran Guru dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa SD Negeri 25 Begori Kecamatan Serawai Kabupaten Sintang. *Ilmu Kesehatan Wawasan Kesehatan*, 1, 61–75.
- Menkes RI. (2016). PHBS <http://promkes.kemkes.go.id/phbs>. Diakses pada tanggal 21 Agustus 2020
- Notoatmodjo, S. (2010). *Promosi Kesehatan, Teori & Aplikasi*, ed. revisi 2010. Jakarta: Rineka Cipta. <https://doi.org/10.1108/JMTM-03-2018-0075>
- Pemkab Kudus. (2020). *Laporan Gugus Tugas Percepatan Penanganan Covid-19 Kabupaten Kudus*. <https://corona.kuduskab.go.id/>. Diakses pada tanggal 18 Agustus 2020
- Proverawati, A. (2012). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sagala, S. (2009). *Konsep dan Makna Pembelajaran untuk Memecahkan Problematika Belajar dan Mengajar*. Bandung: Alfabeta
- Susilowati, D. (2016). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- WHO. (2020). *Health promotion* <https://www.who.int/dg/vision>. Diakses pada tanggal 21 Agustus 2020
- Worldometer. (2020). *COVID-19 CORONAVIRUS PANDEMIC* <https://www.worldometers.info/coronavirus/#countries>. Diakses pada tanggal 18 Agustus 2020