

## **SOSIALISASI POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT DALAM MENGHADAPI MASA NEW NORMAL BAGI SISWA SD NEGERI BURAEEN I KABUPATEN KUPANG NUSA TENGGARA TIMUR**

**David Loba, Magdalena Rambu P Wasak, Jimmy Ch. Atty, Isak Riwu Rohi**

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Kristen Artha Wacana  
e-mail: [davidloba@yahoo.co.id](mailto:davidloba@yahoo.co.id), [rambuwasak@ukaw.ac.id](mailto:rambuwasak@ukaw.ac.id), [jimmyatty@ukaw.ac.id](mailto:jimmyatty@ukaw.ac.id),  
[isak@ukaw.ac.id](mailto:isak@ukaw.ac.id)

### **Abstract**

The cleanliness of the school environment, the health of the students' environment in the teaching and learning process, based on the analysis of the situation above, especially the location of the school partners and conversations with the principal at SD Negeri 1 Buraen in grades one and two, the students have not maximized knowledge about health. The expected output of this program is awareness from school administrators, students about a clean lifestyle that must be applied in the school environment in order to create student welfare and create a generation of school children who care about health, and reduce the risk of various diseases. So that in the long term a clean lifestyle has been embedded in all school children and from there it is expected to create a school environment especially for school children who are prosperous and free from disease. During the socialization, the team also demonstrated the implementation of a clean lifestyle in the school environment, such as washing hands with soap and cleaning up trash properly by students. In addition, the distribution of assistance in the form of masks, laundry soap, hentsentaiser, tower for hand washing equipment and a temperature check/thermometer. The school hopes that the socialization of the UKAW lecturer PKM team is very helpful for teachers and students, the school hopes that this education can increase the knowledge of teachers and students as an effort to fight the spread of COVID-19. The solution and the target of the output product in this socialization is to educate and teach students as little doctors in schools to re-educate their friends to be re-applied in their respective schools and families where they live.

**Keywords:** Clean, healthy lifestyle, new normal, little doctor.

### **Abstrak**

Kebersihan lingkungan sekolah, kesehatan lingkungan siswa dalam proses belajar mengajar, berdasarkan analisis situasi diatas terutama lokasi mitra sekolah dan percakapan dengan Kepala sekolah di SD Negeri 1 Buraen pada kelas satu dan dua siswa-siswa belum maksimal pengetahuan tentang kesehatan. Luaran yang diharapkan dari program ini adalah adanya kesadaran dari pengelola sekolah, siswa-siswa tentang pola hidup bersih yang harus diterapkan dalam lingkungan sekolah demi menciptakan kesejahteraan siswa dan menciptakan generasi anak-anak sekolah

yang peduli kesehatan, serta mengurangi resiko terhadap timbulnya berbagai macam penyakit. Sehingga dalam jangka waktu panjang pola hidup bersih sudah tertanam dalam diri semua anak-anak sekolah dan dari situ diharapkan dapat menciptakan lingkungan sekolah terkhusus anak-anak sekolah yang sejahterah dan bebas dari penyakit. Dalam sosialisasi itu Tim juga memperagakan penerapan pola hidup bersih di lingkungan sekolah seperti mencuci tangan menggunakan sabun dan membersihkan sampah yang benar oleh pelajar. Selain itu juga peyerahan bantuan berupa masker, sabun cuci, hentsaiser, tower alat cuci tangan dan alat cek suhu/thermometer. Harapan dari pihak sekolah mengapreasi sosialisasi tim PKM dosen UKAW sangat membantu guru dan pelajar, pihak sekolah berharap edukasi itu dapat meningkatkan pengetahuan guru dan siswa sebagai upaya melawan peyebaran covit-19. Solusi dan target produk luaran dalam sosialisasi ini adalah dengan mengedukasi dan mengajarkan pada siswa sebagai dokter cilik yang ada di sekolah untuk memberi edukasi kembali kepada teman-teman mereka untuk kembali diterapkan di sekolah dan keluarga.

**Kata Kunci:** Pola hidup bersih, sehat, new normal, dokter cilik.

## **Pendahuluan**

Permasalahan di SD Negeri Buraen 1 Amarasi Selatan Nusa Tenggara Timur, adalah masalah kesahatan, pendidikan anak masih kurang, pemahaman orang tua siswa tentang pola hidup bersih minim bahkan siswa-siswa belum semaksimal membaca, menulis, kesadaran penegetahuan tentang pola hidup bersih di lingkungan pendidikan masih minim. Akibat kurangnya kesadaran yang berhubungan dengan Pola Hidup Bersih di sekolah kurang terjaga bisa menimbulkan masalah penyakit seperti penyakit kulit, diare, gangguan pernapasan, bahkan yang sedang marak terjadi akhir-akhir ini Virus COVID-19.

Terlaksananya program ini bermaksud memberikan sosialisasi dan memberikan kesadaran peyuluhan pentingnya pola hidup bersih dan sehat, untuk mengurangi ancaman penyakit yang ada. Selain terlaksananya penyuluhan pola hidup bersih dalam program PKM ini juga dimaksudkan untuk sebuah tujuan yaitu pengadaan bak sampah di beberapa titik tempat strategis di area lingkungan sekolah sehingga mampu mengurangi penyebaran penyakit, sesuai target pelaksanaan program kegiatan apalagi merupakan target pemerintah mencerdaskan bangsa terkhusus bidang pendidikan.

Berdasarkan analisis situasi diatas terutama lokasi mitra sekolah dan percakapan dengan Kepala sekolah di SD Negeri Buraen 1 kelas satu, dua siswa-siswa belum semaksimal menguasai membaca, tulis masih rendah di tambah pengetahuan tentang kesehatan yang di berikan oleh guru masih sangat kurang serta kesadaran pengetahuan cara mencuci tangan menggunakan sabun pada saat pembelajaran atau di ligkungan sekolah belum semaksimal akan ketersediaan sarana yang berhubungan kesehatan siswa membuang sampah masih belum semaksimal dengan baik pahami oleh siswa di sekolah tersebut tidak kalah pentingnya adalah keterbatasan biaya membeli alat bak sampah, penggunaan masker di lingkungan sekolah masih belum terjangkau dengan baik. Melihat masalah tersebut, muncul

kepedulian kami Tim PKM terhadap siswa-siswa tersebut melaksanakan pegabdian pada masyarakat terkhusus disekolah untuk mengadakan sosialisasi pola hidup bersih demi kesejahteraan siswa sekolah dan menciptakan generasi penerus bangsa yang handal, bugar, cerdas yang peduli akan kesehatan tanpa mengurangi kaidakaidanya dimasa New normal COVID-19. Hal ini kami lakukan agar siswa sekolah lebih peduli terhadap pola hidupnya, dan agar mengurangi berbagai penyakit yang mungkin saja dapat ditimbulkan akibat pola hidup yang tidak sehat di tambah pemahaman siswa akan pengetahuan kesehatan siswa kurang. Khususnya masalah penanganan sampah, Tim PKM mensosialisasikan serta mengadakan pembelian bak sampah, agar siswa dapat mengatasi masalah sampah yang ada.

Menjaga kebersihan menjadi salah satu rutinitas yang paling sering digaungkan sebagai upaya pencegahan sebaran COVID-19. Salah satu perilaku menjaga kebersihan yang sangat gencar dikampanyekan adalah mencuci tangan memakai sabun. Hal ini dapat dilihat dalam penjelasan (Materi Webinar I. Made, S. Mahardika) Berpendapat sebagai berikut: "Karena peyebaran virus corona dari orang ke orang sangat cepat. Karena covid -19 belum ada obatnya, belum ditemukan anti virus hanya dapat mencegahnya dengan jauhi pasien terinfeksi, rajin mencuci tangan dengan sabun, Jangan menyentuh mata dan hidung, selalu menggunakan masker".

Untuk menguatkan tentang hal tersebut di atas maka hal ini dimaksudkan untuk menarik minat anak-anak SD agar lebih tertarik lagi dengan perilaku pola hidup bersih dan sehat. Selain itu, agar anak-anak dengan cepat dan mudah dalam mengingat langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar. ([www.kompasiana.com/architectur034/54f39186745513a22b6c792b/](http://www.kompasiana.com/architectur034/54f39186745513a22b6c792b/)).

### **Permasalahan Mitra**

Permasalahan pada sekolah dikelurahan Soenraen Amarasi Selatan adalah kesehatan Pendidikan anak yang kurang. Karena itu, selain sosialisasi tentang pola hidup bersih, siswa diberi penyuluhan mengenai cara membersihkan sampah. Luaran yang diharapkan dari program ini adalah adanya kesadaran dari pengelola sekolah, siswa-siswa tentang pola hidup bersih yang harus diterapkan dalam lingkungan sekolah demi menciptakan kesejahteraan siswa dan menciptakan generasi anak-anak sekolah yang peduli kesehatan, serta mengurangi resiko terhadap timbulnya berbagai macam penyakit.

Dari hasil analisis situasi dan keberadaan mitra serta diskusi bersama kedua mitra dapat dirumuskan permasalahan yang dihadapi mitra, adalah, yaitu :

1. Mitra belum memberikan pemahaman terhadap siswa pentingnya pola hidup bersih mencuci tangan, membuang sampah guna menjaga kesehatan sekolah
2. Mitra belum menerapkan pola hidup bersih yang harus diterapkan oleh sekolah
3. Mitra belum menerapkan bagaimana cara memberikan edukasi yang benar, membelajarkan warga masyarakat disekitar sekolah agar mau melaksanakan dan menerapkan pola hidup bersih tersebut
4. Mitra belum menerapkan memberikan edukasi tentang masalah sampah di lingkungan sekolah

### **Solusi Dan Target Luaran**

1. Membuka wawasan bagi siswa untuk menerapkan pola hidup bersih didalam lingkungan sekolah diedukasikan kepada teman-teman sekolah bagaimana mencuci tangan yang baik juga produk yang di hasilkan didokumentasikan dalam video dan publikasi di Koran.
2. Menciptakan suatu generasi siswa yang peduli terhadap kesehatan dan peduli terhadap lingkungan tempat tinggal mereka.
3. Menciptakan suatu lingkungan sekolah yang bebas dari ancaman berbagai macam penyakit.
4. Memberikan motifasi dan dukungan akan kualitas kesehatan di SD Negeri Buraen 1.

### **Metode Pelaksanaan**

#### **Persiapan :**

- a. Membentuk kerja sama dengan sekolah.
- b. Membentuk kerjasama dengan pengisi materi (dari Dosen).
- c. Menyiapkan materi sosialisasi.

#### **Pelaksanaan**

- a. Sosialisasi kepada siswa-siswa SD Negeri Buraen 1 Kabupaten Kupang tentang pola hidup bersih berupa penyuluhan mengenai membersihkan bak sampah.
- b. Sosialisasi mengenai pentingnya menjaga kesehatan sebagai contohnya mencuci tangan menggunakan sabun.
- c. Sosialisasi dan memberikan edukasi mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan dengan membuang sampah yang benar.
- d. Sosialisasi mengenai pentingnya penerapan pola hidup bersih di lingkungan sekolah.

### **Evaluasi, Laporan akhir dan Keberlanjutan Program**

Evaluasi program dilakukan setiap selesainya tahapan kegiatan dengan melihat pada tercapai atau tidaknya indicator capaian. Evaluasi juga dilakukan pada akhir masa kegiatan dengan melakukan pertemuan dengan mitra sekolah untuk berdiskusi tentang pelaksanaan kegiatan.

### **Ketercapaian Target**

Dari sosialisasi terkhusus di lokasi mitra sekolah SD Negeri Buraen 1 materi dan hasil mendemo siswa termotifasi untuk melakukan dan menerapkan tentang polah hidup bersih melalui materi yang diberikan oleh Tim dosen PKM harapanya dari sosialisasi siswa mampu untuk menerapkan kembali di rumah, disekolah dengan adanya program Sosialisasi Pola Hidup Bersih Untuk Kualitas Kesehatan siswa di SD Negeri (1) Buraen diharapkan berguna bagi anak-anak sekolah untuk membuka wawasan bagi siswa menerapkan pola hidup bersih didalam lingkungan sekolah diedukasikan kepada teman-teman sekolah bagaimana mencuci tangan yang baik, produk yang di hasilkan didokumentasikan dalam video dan dipublikasikan pada media masa.

## Jadwal Kegiatan

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada (sekolah) SDN Buraen I Kecamatan Soenraen Kabupaten Kupang, NTT dalam kurun waktu 1 (satu) Minggu (12 sd 17 Oktober 2020).

## Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi hidup bersih dan sehat dilaksanakan dengan rincian tanggal 12 & 13 Pengurusan Surat ijin Pelaksanaan Kegiatan, tanggal, 14 pemberitahuan ke lokasi mitra, tanggal, 15 & 16 Persiapan Tim dan tanggal, 17 Pelaksanakan Kegiatan. Hasil sosialisasi di lokasi mitra sekolah SD Negeri Buraen 1 materi dan hasil mendemo siswa termotifasi untuk melakukan dan menerapkan tentang polah hidup bersih melalui meteri yang diberikan oleh Tim dosen PKM harapanya dari sosialisasi siswa mampu untuk menerapkan kembali di rumah dan disekolah.

Harapan dari pihak sekolah mengapreasi sosialisasi tim PKM dosen UKAW sangat membatu guru dan pelajar dalam menghadapi masa new normal, pihak sekolah berharap edukasi itu dapat meningkatkan pengetahuan guru dan siswa sebagai upaya melawan peyebaran virus corona atau COVID-19. Tim PKM dan pihak sekolah membentuk dokter cilik sebagai perwujudan dari kegiatan tersebut diterapkan kembali lingkungan sekolah dan masyarakat tempat tinggal mereka setelah mendapat sosialisasi oleh TIM PKM dan Guru.



Gambar 1. Pemaparan Materi Gizi dan Kebersihan Lingkungan



Gambar 2. Pemaparan Materi Pentingnya Kesehatan



Gambar 3. Pemaparan Materi Pencegahan dan Pencemaran Lingkungan



Gambar 4. Pemaparan Materi Pola Hidup Bersih dan Sehat



Gambar 5. Mempraktek Cara Mencuci Tangan dengan Baik dan Benar

## **Kesimpulan dan Saran**

### **Kesimpulan**

Dalam sosialisasi itu juga mendomentrasikan penerapan pola hidup bersih di lingkungan sekolah seperti mencuci tangan menggunakan sabun dan membersihkan sampah yang benar oleh pelajar. Selain itu juga peyerahan bantuan berupa masker, sabun cuci, hentsentaiser, tower alat cuci tangan dan alat cek suhu.

### **Saran**

Adapun saran yang dapat disampaikan untuk peningkatan kegiatan selanjutnya, yaitu :

1. Tim PKM bekerja sama Pihak sekolah sebagai mitra melakukan sosialisasi terkhusus di lokasi mitra sekolah SD Negeri Buraen 1 materi dan hasil mendemo siswa termotifasi untuk melakukan dan menerapkan tentang polah hidup bersih melalui meteri yang diberikan oleh Tim dosen PKM .
2. Tim PKM guru dan siswa sebagai kader atau dokter cilik mampu melakukan dan mengedukasi kembali di sekolah, masyarakat harapanya dari sosialisasi siswa mampu untuk menerapkan kembali di rumah, disekolah dengan adanya program Sosialisasi Pola Hidup Bersih Untuk Kualitas Kesehatan siswa di SD Negeri Buraen 1

### **Penghargaan**

Ucapan terima kasih disampaikan kepada LPM UKAW yang memfasilitasi kegiatan pengabdian ini sehingga dapat dilakukan PKM ini. Selain itu diucapkan terima kasih kepada kelapa Kepala SDN Buraein 1 dan jajarannya, serta semua Pihak yang terkait yang telah membantu sehingga kegiatan PKM ini dapat berjalan dengan baik, Tuhan memberkati semuanya.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Anne Ahira 2013. Pengertian Pola Hidup Sehat. Anne Ahira.com. Content Team. Diunduh pada tanggal 28 Desember 2017.

Anik, M. 2013. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Trans Info Media

T. S. 2016. Hubungan antara Pengetahuan PHBS dengan Pola Hidup Sehat Siswa di SD Tamanan. Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar

Suyono dan Budiman. 2010. Ilmu Kesehatan Masyarakat

<http://www.cancerhelps.com/pola-hidup-sehat.htm> di unduh 07.07/2020 pukul 21:49

<http://www.cancerhelps.com/pola-hidup-sehat.htm> di unduh 07.07/2020 pukul 21:49  
[ipromkes.kemkes.go.id/phbs](http://ipromkes.kemkes.go.id/phbs).

<http://www.cancerhelps.com/pola-hidup-sehat.htm> di unduh 07.07/2020 pukul 21:49i

Mengajarkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak SD -....) di unduh pukul 7:09. 20/07/2020.

Mahardika. 2020. Materi Webinar FKIP PJKR UKAW. "Quo Vadis Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan di Kehidupan Normal Yang Baru". Guru Besar Universitas Negeri Surabaya.