

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH SEHAT DAN CINTA TANAH AIR PADA SISWA SDN SUKONOLO

Aura Zahwa Putri¹, Azka Dhifora Mukti¹, Latifa Novianti¹, Shafa Khaira Najwa¹, Naswa Nadira Putri¹, Aqillah¹, Winda Permatasari¹, Dea Lailatul Khasanah¹, Salsa Tri Kartika Firdaus¹, Sri Untari^{2*}

¹Politeknik Kesehatan Negeri Malang, Jl. Besar Ijen No. 77C, Malang, Jawa Timur, Indonesia

²Univeritas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Indonesia

*Corresponding author, email: sri.untari.fis@um.ac.id

doi: 10.17977/um063.v5.i6.2025.5

Kata kunci

Kesehatan
Perilaku Hidup Sehat
Mencuci Tangan
Membuang Sampah
Cinta Tanah Air

Abstrak

Kebiasaan pola hidup sehat merupakan langkah awal menuju terciptanya hidup sehat. Kesehatan merupakan tanggung jawab bersama karena kesehatan merupakan indikator pertama dalam menciptakan sumber daya manusia yang unggul dan mampu bersaing. Metode yang digunakan yaitu penyuluhan (edukasi). Dari penyuluhan ini dapat dijelaskan siswa SD Negeri Sukonolo merupakan siswa dengan kebiasaan pola hidup sehat yang kurang teredukasi, dibuktikan dengan masih ditemukannya siswa yang membuang sampah sembarangan dan tidak menerapkan cuci tangan yang benar. Hal ini sama sekali tidak mewujudkan kebersihan lingkungan dan diri sendiri. Ditambah pula karakter kebangsaan yang ada di lingkungan sekolah sangat kurang, sehingga tidak mencerminkan siswa yang cinta tanah air, maka hal-hal tersebut perlu diperkuat dengan kebiasaan hidup sehat misalnya dengan mencuci tangan dan mencari referensi lebih tentang wawasan kebangsaan, agar mampu memahami rasa cinta tanah air.

1. Pendahuluan

Kesehatan merupakan hak setiap individu untuk dapat melakukan segala aktivitas kehidupan sehari-hari. Untuk menjalani hidup sehat, kita perlu menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan kumpulan tindakan yang dilakukan berdasarkan pengakuan hasil pembelajaran yang memungkinkan individu atau keluarga dapat membantu dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif dalam bidang kesehatan (Akbar, Adiningsih, DN, & Islam, 2023).

Masa sekolah dasar merupakan masa emas penanaman nilai-nilai PHBS dan berpotensi menjadi agen perubahan yang mengedepankan PHBS baik di lingkungan sekolah, di rumah, maupun di masyarakat, sehingga sumber daya manusia akan tercipta di masa depan. (Akbar, Adiningsih, DN, & Islam, 2023). Cinta tanah air adalah cara berpikir, bersikap, dan bertindak yang menunjukkan kesetiaan, kepedulian, dan penghargaan yang tinggi terhadap bahasa, lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi, dan politik bangsa. Dengan memiliki rasa cinta tanah air kepada bangsa dan negara tentu harus siap berkorban untuk membela bangsa dan negara tercinta dari berbagai ancaman dari dalam maupun dari luar negeri. Berdasarkan penjelasan di atas, cinta tanah air adalah perasaan bangga terhadap bangsa dalam bahasa, budaya, sosial, politik serta ekonomi sehingga siap berkorban untuk mempertahankan, melindungi, dan memajukan bangsa secara sadar tanpa ada paksaan dari siapapun (Sari, 2017).

Penanaman nilai cinta tanah air dalam dunia pendidikan bertujuan agar siswa mempunyai pengetahuan, cara berpikir, bersikap, berbuat yang menunjukkan kesetiaan, kepedulian, dan penghargaan yang tinggi terhadap bahasa, lingkungan fisik, sosial, budaya, ekonomi dan politik bangsa". Setiap siswa dapat menunjukkan nilai cinta tanah air dengan cara bergaul, dan bekerja sama yang baik dengan orang lain maupun di sekitarnya dan dapat menciptakan perubahan. Nilai cinta tanah air dapat dikembangkan melalui beberapa program yang dibentuk secara khusus

untuk melatih dan membiasakan siswa untuk lebih mengenal bagaimana cinta kepada tanah air (Anderson & Ulfa, 2018).

Sebelum pelaksanaan penyuluhan, siswa SD Negeri Sukonolo kelas 2 mengalami kesulitan dalam menerapkan perilaku hidup sehat seperti mencuci tangan dengan benar, membuang sampah pada tempatnya, dan juga pemahaman dan penerapan siswa SD Negeri Sukonolo kelas 2 mengenai cinta tanah air masih terbatas.

Pada penyuluhan ini, kami menggunakan metode ceramah dan tanya jawab serta praktik cuci tangan yang benar sesuai aturan World Health Organization (WHO). Setelah dilakukan penyuluhan ini, Siswa SD Negeri Sukonolo kelas 2 kini menjadi bisa menerapkan perilaku hidup sehat, seperti mencuci tangan dengan benar dan membuang sampah pada tempatnya. Siswa menunjukkan peningkatan mengenai pengetahuan Cinta Tanah Air dan kesadaran akan pentingnya cinta tanah air serta bagaimana penerapannya. Melalui penyuluhan ini, diharapkan dapat membentuk kebiasaan hidup sehat sejak dini dan berdampak positif pada kesehatan mereka di masa depan. Lalu Siswa SD Negeri Sukonolo dapat merefleksikan nilai-nilai cinta tanah air baik di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

2. Metode

Kegiatan edukasi ini dilaksanakan di SD Negeri Sukonolo, Desa Sukonolo, Kecamatan Bululawang, Kabupaten Malang pada hari Sabtu, 26 Oktober 2024. Sebagai bagian pemenuhan tugas Kewarganegaraan. Persuratan untuk perizinan pelaksanaan kegiatan di sekolah telah disampaikan beberapa hari sebelumnya dan mendapatkan persetujuan dari pihak sekolah. Sasaran kegiatan ini adalah murid-murid kelas 2 di SD Negeri Sukonolo yang hadir pada saat pelaksanaan kegiatan. Jumlah peserta sebanyak 36 orang. Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan yaitu penyuluhan berupa penyampaian materi melalui media powerpoint, menampilkan video animasi disertai lagu, dan tanya jawab. Tayangan presentasi mencakup PHBS dan materi Cinta Tanah Air untuk Sekolah Dasar lalu penayangan video cuci tangan yang interaktif, dilanjutkan praktik langsung cuci tangan yang benar, serta permainan interaktif seperti kuis tentang PHBS dan cinta tanah air.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan edukasi kepada siswa-siswi kelas 2 di SD Negeri Sukonolo disambut dengan baik oleh kepala sekolah dan guru-guru karena memang dirasakan sebagian besar siswa belum menerapkan pola hidup yang bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Siswa yang mengikuti berjumlah 36 orang, yang didampingi oleh guru wali kelas 2. Siswa mengikuti rangkaian kegiatan dengan antusias. Gambar 1 menunjukkan proses perizinan kegiatan.



Gambar 1. Kunjungan dan Perizinan ke Ruang Guru

Kegiatan pertama penyuluhan diawali dengan pengenalan masing masing anggota tim penyuluhan dan tugasnya (Tabel 1).

Tabel 1. Nama Anggota Tim Penyuluhan Beserta Tugasnya

NO	NAMA	TUGAS
1.	Azka Dhifora Mukti	Pembawa Acara (MC)
2.	Aura Zahwa Putri	Pemateri Cinta Tanah Air
3.	Aqillah	Pemateri Perilaku Hidup Bersih dan Sehat
4.	Latifa Novianti	Memperagakan cuci tangan
5.	Shafa Khaira Najwa	Memperagakan cuci tangan
6.	Naswa Nadira Putri Salsabila	Memperagakan cuci tangan
7.	Winda Permatasari	kuis
8.	Dea Lailatul Khasanah	kuis
9.	Salsa Tri Kartika Firdaus	Dokumentasi

Kegiatan kedua penyuluhan ini, adalah evaluasi pengetahuan awal siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo dan pemberian materi Perilaku Hidup Sehat dan Cinta Tanah Air. Sebelum pemberian materi, tim penyuluhan mengajukan serangkaian pertanyaan kepada murid untuk mengevaluasi pemahaman awal mereka mengenai pentingnya perilaku hidup sehat dan cinta tanah air. Aktivitas ini merupakan langkah awal yang krusial dalam proses penyuluhan, karena memberikan gambaran tentang seberapa jauh siswa telah memahami konsep dan tindakan yang berkaitan dengan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dan cinta tanah air.

Tujuan mengevaluasi pengetahuan awal siswa siswi SD Negeri Sukonolo, yaitu untuk mengidentifikasi kekuatan dan kelemahan pengetahuan siswa terkait topik yang akan diulas. Dalam kegiatan ini, siswa diminta untuk menjawab pertanyaan yang berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan cinta tanah air, seperti pengelolaan sampah, pentingnya kebersihan di sekolah, serta wawasan kebangsaan dan contoh perilaku cinta tanah air. Dari kegiatan ini diketahui pengetahuan siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo masih tergolong kurang mengerti mengenai pentingnya perilaku hidup sehat dan cinta tanah air.

Selanjutnya yaitu, pemeberian materi yang langsung diberikan oleh tim penyuluhan Poltekkes Kemenkes Malang, dengan mengangkat tema perilaku hidup sehat dan cinta tanah air. Pada saat penyampaian materi, siswa sangat memperhatikan dan antusias atas materi yang diberikan. Dari kegiatan ini, siswa siwi kelas 2 SD Negeri Sukonolo baru mengerti dan paham tentang pentingnya perilaku hidup sehat, seperti membuang sampah pada tempatnya dan cuci tangan yang benar, lalu pentingnya perilaku cinta tanah air, seperti mengikuti upacara setiap hari Senin. Maka dengan adanya penyuluhan ini, kami mengharapkan siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo mampu menerapkan perilaku hidup sehat dan cinta tanah air dengan baik dan benar. Gambar 2 menunjukkan proses penyampaian materi.



Gambar 2. Penyampaian Materi

Kegiatan ketiga penyuluhan ini, yaitu memperagakan cuci tangan yang benar sesuai aturan WHO. Kegiatan ini dilakukan dengan iringan lagu cuci tangan yang mudah dimengerti oleh siswa

siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo. Dengan adanya kegiatan ini, siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo lebih antusias dan mudah mengerti mengenai cara cuci tangan yang benar. Banyak siswa yang bahkan ingin mengulang gerakan cuci tangan yang telah diperagakan oleh tim penyuluhan Poltekkes Kemenkes Malang, karena siswa menemukan kegiatan cuci tangan ini sangat menyenangkan. Dari kegiatan ini, siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo menjadi terbiasa untuk cuci tangan yang baik dan benar. Diharapkan dari kegiatan ini, siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo menjadikan cuci tangan sebagai kebiasaan. Gambar 3 menunjukkan proses memperagakan cuci tangan dengan diiringi lagu.



Gambar 3. Memperagakan Cuci Tangan Diiringi dengan Lagu

Kegiatan keempat penyuluhan ini, yaitu pengujian atau mempraktikkan cuci tangan oleh siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo. Kegiatan ini dilakukan dengan cara meminta siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo untuk maju kedepan dan mempraktikkan cara cuci tangan yang tepat secara mandiri, hasilnya banyak siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo berhasil dalam mempraktikkan cuci tangan yang tepat. Diharapkan dari kegiatan ini, adalah siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukonolo menjadikan cuci tangan sebagai kebiasaan dalam kehidupannya sehari-hari. Gambar 4 menunjukkan praktik mencuci tangan secara individu.



Gambar 4. Praktik cuci tangan secara Individu

Kegiatan kelima penyuluhan ini, yaitu memberi pertanyaan (kuis) tentang materi perilaku hidup sehat dan cinta tanah air yang telah diberikan tim diawal, bertujuan untuk mengetahui pengetahuan siswa siswi SD Negeri Sukonolo setelah diberikan materi perilaku hidup sehat dan cinta tanah air, serta praktik cuci tangan. Pertanyaan disusun dengan tingkat kesulitan yang bervariasi, mulai dari konsep dasar hingga aplikasi praktis dalam kehidupan sehari-hari. Dari kegiatan ini, siswa siswi SD Negeri Sukonolo mampu menjawab pertanyaan yang diberikan oleh tim penyuluhan Poltekkes Kemenkes Malang dengan benar serta mempraktikkan dan menerapkan 7 langkah cuci tangan dengan baik dan benar. Gambar 5 menunjukkan pemberian kuis dan hadiah.



Gambar 5. Pemberian Kuis dan Hadiah

Kegiatan terakhir penyuluhan ini, yaitu pemberian hadiah kepada seluruh siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukunolo berupa alat tulis (Gambar 6). Diharapkan dengan diberikan hadiah ini, siswa siswi kelas 2 SD Negeri Sukunolo mejadi lebih giat dalam belajar. Kegiatan penyuluhan ditutup dengan do'a dan salam.



Gambar 6. Pemberian Hadiah Kepada Seluruh Siswa Siswi Kelas 2 SD Negeri Sukunolo

4. Kesimpulan

Penting bagi anak-anak sejak dini untuk belajar tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta rasa cinta tanah air. Melalui penyuluhan yang dilakukan di SD Negeri Sukunolo, siswa kelas 2 menunjukkan kemajuan dalam memahami dan mempraktikkan PHBS, seperti mencuci tangan dengan benar dan membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, mereka juga semakin menyadari pentingnya cinta tanah air dan bagaimana cara mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini tidak hanya memberi pengetahuan, tetapi juga membantu mereka membentuk kebiasaan baik yang akan berdampak positif pada kesehatan dan kehidupan sosial mereka di masa depan. Secara keseluruhan, pembelajaran tentang PHBS dan cinta tanah air di sekolah dasar dapat menciptakan generasi yang lebih sehat, peduli, dan bertanggung jawab terhadap bangsa dan negara.

Daftar Rujukan

- Akbar, F., Adiningsih, R., DN, N., & Islam, F. (2023). Perilaku hidup bersih dan sehat pada anak. *Jurnal Sanitasi Profesional Indonesia*, 44-53.
- Anderson, I., & Ulfa, U. (2018). Penerapan nilai cinta tanah air pada pembelajaran pendidikan kewarganegaraan di kelas IV sekolah dasar. *Jurnal Gentala Pendidikan Dasar*, 145-162.

- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46-52.
- Sari, S. D. (2017). Cinta tanah air dan salafus shalih. *Prosiding Konferensi Nasional Kewarganegaraan III*.
- Sugiritama, I., Wiryawan, I., Ratnayanthi, I., Arijana, I., Linawati, N., & Wahyuniari, I. (2021). Pengembangan pola hidup bersih dan sehat (PHBS). *Buletin Udayana Mengabdi*, 64-70.