

**PKMS PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT UNTUK PENCEGAHAN COVID-19 PADA SISWA DI SEKOLAH DASAR YUDEA BATULEWEHE KABUPATEN KEPULAUAN SANGIHE**

***(PKMS IMPLEMENTATION OF CLEAN AND HEALTHY LIFESTYLE BEHAVIORS FOR COVID-19 PREVENTION IN STUDENTS IN YUDEA STATE SCHOOL, SANGIHE ISLANDS DISTRICT***

**Maryati Agustina Tatangindatu, Melanthon Jn Umboh, GraciaTooy ,  
Meistvin Welebuntu, Yenny Budiman Makahaghi**  
Keperawatan, nama Politeknik Negeri Nusa Utara  
Email: [mtatangindatu@gmail.com](mailto:mtatangindatu@gmail.com)

---

**Abstrak:** Wawasan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sangat diperlukan oleh setiap individu dalam memperhatikan kesanggupan untuk hidup bugar dengan menciptakan kenyamanan dan kesegaran semaksimal dengan melaksanakan perawatan kesehatan secara mandiri, baik dilingkungan kerja maupun di kehidupan sehari-hari. di zaman sekarang ini sekolah bukan hanya membagikan bantuan berbentuk pengetahuan umum saja, tetapi juga memberikan pengetahuan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Memandang peserta didik di sekolah dasar (SD), masalah kesehatan yang dihadapi terkait dengan PHBS belum dilaksanakan sesuai prosedur yang sudah di tentukan, sehingga mengakibatkan konflik kesehatan, yaitu masalah yang ditemukan antara lain yaitu diare, dan Saluran Pernafasan Akut (ISPA). Tujuan PKMS ini yaitu menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi peserta didik di SDN Yudea. pelaksanaanya, jumat tanggal 19 februari 2021 di ruang kelas 3, Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan pada seluruh siswa kelas 3 Sekolah Dasar Negeri Yudea. Hasil kegiatan ini didapati bahwa siswa sudah mengetahui dan paham tentang PHBS dan bagaimana cara berperilaku hidup bersih dan sehat untuk mencegah COVID-19. Kesimpulannya untuk lebih memajukan derajat kesehatan dan bisa menerapkan perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa/siswi Sekolah Dasar Negeri Yudea.

**Kata kunci:** Perilaku, PHBS, Anak sekolah, Sangihe

**Abstract:** *Insight into Clean and Healthy Living Behavior is needed by every individual in paying attention to the ability to live in shape by creating comfort and freshness as much as possible by carrying out health care independently, both in the work environment and in everyday life. In this day and age, schools not only distribute assistance in the form of general knowledge, but also provide health knowledge about Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). Looking at students in elementary schools (SD), the health problems faced related to PHBS have not been implemented according to the procedures that have been determined, resulting in health conflicts, namely problems found, including diarrhea, and acute respiratory tract (ARI) The purpose of this PKMS is to implement Clean and Healthy Living Behavior for students at SDN Judea. The mplementation, Friday, February 19, 2021, in the 3rd grade room, this activity was carried out by providing counseling to all grade 3 students of Judea State Elementary School. The results of this activity found that students already knew and understood about PHBS and how to behave lean and healthy to prevent COVID-19. The conclusion is to further advance the degree of ealth and be able to apply Clean and Healthy Living behaviors to students of Judean State Elementary School.*

**Keywords:** Clean and healthy living behaviors PHBS, Student in Sangihe

## **PENDAHULUAN**

Anak sekolah selalu di ajarkan membersihkan tangan sebelum makan, sesudah buang air besar/sesudah buang air kecil, sesudah bekerja, dan juga setiap saat tangan tidak bersih kemudian memakai sabun menggunakan air bersih yang mengalir. Air bersih yang terus menetes itu membasmi kuman-kuman yang menempel di tangan yang tidak bersih, sabun juga dapat membersihkan kotoran yang ada di tangan. agar tangan kelihatan bersih dan tidak ada lagi kuman juga bisa terhindar menyebabkan penyebaran penyakit dan menjadi penghalang perolehan hasil kerja pada siswa disekolah (Dermawan, 2012).

Peserta didik di sekolah, menemukan problema kesehatan yaitu berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang saat ini tidak dilaksanakan sesuai prosedur, sehingga mengakibatkan masalah kesehatan, kebiasaan Hidup Bersih dan Sehat adalah suatu karakter diaplikasikan menurut aturan pemahaman sehingga merupakan akhir kegiatan belajar bagi peserta didik dengan menghasilkan individu/Tim/komunitas sehingga bisa mampu membuat pribadinya dalam keahliannya di kesehatan dan melakukan yang terbaik dan semaksimal mungkin dalam mewujudkan derajat kesehatan komunitas.

Kebiasaan Hidup bersih dan Sehat bagi peserta didik di sekolah yaitu bagaimana memperdayakan peserta didik, pendidik komunitas juga di area sekolah dapat memahami dan mengetahui melaksanakan serta melakukan yang terbaik untuk meningkatkan sekolah sehat. (Depkes Republik Indonesia,1997). Tujuan dari PHBS yaitu lebih memajukan pendapat, pemahaman, daya, dan kopetensi komunitas agar dapat mencegah penyakit sehingga tubuh kita tetap fit dan bugar, juga menambah tugas dan kewajiban komunitas misalnya dengan berupaya untuk meningkatkan derajat kesehatan yang semaksimal. Dengan adanya organisme kecil dapat meyebabkan infeksi yang selalu melanda anak usia sekolah (usia 6-10), sudah terbukti berhubungan dengan kebiasaan hidup bersih. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai Perilaku Hidup

Bersih dan Sehat (PHBS) disekolah harus dilakukan mengingat pentingnya sehingga mampu dilaksanakan dengani menghampirkan usaha kesehatan Sekolah (UKS). Edukasi kesehatan di sekolah dilaksanakan dengan baik disebabkan karena sebagian besar kesempatan peserta didik berada di sekolah. begitu juga bermanfaat sebagai tempat untuk belajar di sekolah oleh karena itu harus menjadi suatu wada yang bisa mewujudkan derajat kesehatan anak Sekolah Dasar (SD) sehingga mampu mewujudkan hidup bersih dan sehat juga menghasilkan area sekolah yang sehat. siswa merupakan suatu komunitas yang sangat reaktif agar bisa memberi transformasi atau renofasi, sehingga komunitas peserta didik saat ini sementara berpengaruh dalam tahap pertumbuhan juga perkembangan. saat tahap transisi peserta didik melakukan situasi kritis sehingga rangsangan perlu dengan gampang di dibimbing, dinasihati dan menumbuhkan kebiasaan-kebiasaan ke arah yang di diharapkan, dengan tujuan mampu melakukan kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan di kehidupan sehari-hari.

## **METODE PELAKSANAAN**

Adapun kegiatan Tim pengabdian ini yaitu mengedukasi siswa di SDN Yudea agar melakukan kebiasaan Hidup Bersih dan Sehat. dimasa pandemi COVID-19 di SDN Yudea, Kelurahan Batulewehe., pelaksanaannya jumat, tanggal 19 Februari 2021 berlokasi di Ruang kelas 3. Pengabdian ini melibatkan Kepala sekolah, wali kelas 3 dan guru-guru yang hadir saat pelaksanaan kegiatan pengabdian juga ada 4 orang, mahasiswa. pelaksanaan PKMS ini dilaksanakan dengan cara memberikan edukasi tentang PHBS, mengajarkan bagaimana membersihkan tangan dengan tepat dan benar menggunakan sabun dan air yang mengalir, dengan adanya kegiatan ini diharapkan siswa dapat mempraktekan kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan bermasyarakat.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan dilaksanakan di SDN Yudea yang diikuti oleh seluruh siswa. Kegiatan diawali dengan

pengenalan anggota tim pengabdian dan menjelaskan tujuan dari pelaksanaan kegiatan ini. Tampak siswa mendengarkan penyampaian oleh tim.

Selanjutnya siswa mendengarkan pemaparan materi tentang PHBS yang disampaikan oleh anggota tim. Namun sebelumnya tim memvalidasi pengetahuan para siswa dengan menanyakan apa itu kebiasaan hidup bersih dan sehat? Tampak siswa diam tidak menjawab pertanyaan yang diajukan oleh tim pengabdian. Oleh karena itu, tim berasumsi bahwa pengetahuan siswa tentang PHBS masih rendah.

Tim pengabdian memberikan materi tentang penerapan PHBS. Adapun materi yang disampaikan yaitu meliputi bagaimana mencuci tangan menggunakan sabun dengan air bersih yang mengalir, Cara mencuci tangan dengan sabun dapat dilakukan dengan enam langkah. enam langkah mencuci tangan yang baik memerlukan waktu yaitu 10 – 15 menit, mengingat Pentingnya mencuci telapak tangan dengan tepat dan benar menggunakan sabun di air yang bersih, supaya kebersihan terlindung secara keseluruhan juga mengatasi berbagai kuman penyakit/bakteri.

Membersihkan tangan adalah merupakan cara yang sangat penting agar mencegah masuknya kuman ke dalam tubuh, untuk itu implementasi ini dilaksanakan agar berguna untuk tangan tidak kotor, menghempaskan kuman yang ada tangan, menghindari penularan penyakit, juga menghindari infeksi melalui tangan sehingga banyak kuman dan berapa seluruhnya kuman yang serta dan berencana masuk ke dalam tubuh bersama-sama dengan makanan, maka dari itu kita sebagai orang kesehatan tetap memperhatikan kebersihan pribadi terlebih bagaiman membersihkan tangan yang tepat dan benar dengan menerapkan enam langkah memakai sabun dengan air yang mengalir.

Membersihkan tangan dengan menggunakan Sabun dan air yang mengalir mewujudkan daya untuk membasni penyakit, dengan memadankan karena sabun gampang dicari dan bisa terlakana. Membersihkan tangan dengan menggunakan Sabun dan air yang mengalir dengan demikian sabun berasal dari

Hidrokarbon membentuk suatu senyawa yang terdiri dari unsur hidrogen (H). dengan menggunakan sabun berkreasi molekul sangat kecil sehingga sabun mengeluarkan molekul tersebut bersama kuman dan air bilasan. Dengan melaksanakan hat tersebut dengan menggunakan sabun dan air yang bersih sehingga bisa terputus rantai desimenasi kuman penyebab penyakit menular karena Tangan kita adalah bagian tubuh yang sangat aktif digunakan dalam kehidupan kita.

Kebiasaan hidup bersih dan sehat terutama ditengah pandemi COVID-19 harus ditanamkan pada khususnya siswa SDN Yudea Kelurahan Batulewehe. dengan demikian sangat diperlukan dari berbagai pihak secara bersama-sama membina masyarakat dan siswa/siswa dengan melakukan tata hidup bersih dan sehat secara bersahaja secara terus-menerus memberikan edukasi kesehatan sehingga melalui Pendidikan PHBS wajib dilaksanakan oleh semua orang untuk menciptakan kewajiban dan pemahaman dari siswa yang ada di lingkungan sekolah untuk berperilaku hidup bersih dan sehat secara terus menerus.

## **KESIMPULAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat Program PKMS dilaksanakan pada mitra SDN Yudea di Kelurahan Batulewehe Kecamatan Tahuna Timur Kabupaten Kepulauan Sangihe. Setelah dilakukan penyuluhan tentang PHBS, agar siswa mengetahui bagaimana membersihkan tangan dengan tepat dan benar menggunakan sabun dan air yang mengalir, dengan adanya kegiatan ini diharapkan siswa dapat mempraktekan kebiasaan hidup bersih dan sehat di lingkungan.

## **DAFTAR RUJUKAN**

- Kemendes RI. 2011. Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta, Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. 2016. PHBS. <http://promkes.kemkes.go.id/phbs>.

Kemkes RI. 2020. COVID-19 Update. [https://infeksiemerging.kemkes.go.id/\(Online\)](https://infeksiemerging.kemkes.go.id/(Online))  
Keputusan Presiden No. 11 Tahun 2020 tentang Penetapan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat Corona VirusDisease 2019 (COVID 19  
Notoadmodjo, S. 2007. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Jakarta: PT Rineka Cipta Rineka Cipta  
Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini *sebagai Upaya Pencegahan Covid 19*. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), 58–73.

Triwibowo dkk 2015. Gambaran Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Cikuda Jatinangor. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 1, No. 1, 2012.

Zukmadini, A. Y., Karyadi, B., dan Kasrina, K. (2020). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan COVID-19 kepada Anak-anak di Panti Asuhan. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 3(1), 68–76.