

## **Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa SD Islamiyah Warungboto Yogyakarta**

**Mukti Ahmad Nurcahya<sup>\*a</sup>, Aditya Dyah Utami<sup>b</sup>, Koko Setiawan<sup>c</sup>,**  
Akademi Komunitas Perkebunan Yogyakarta<sup>a,b,c</sup>  
mukti.an@akpy-stiper.ac.id<sup>\*</sup>

### **Abstract**

*SD Islamiyah is one of the elementary schools located in Warungboto, Yogyakarta. SD Islamiyah has a total of 40 students. The problem faced at SD Islamiyah is the lack of counseling about personal and environmental health. This is even though it is very important as a basic knowledge of students in carrying out daily activities. Therefore, counseling is needed regarding education on clean and healthy behavior. Targets and outcomes to be achieved from this activity are that it can be a solution to solving problems, among others (i) Increased understanding and self-awareness of students in clean and healthy living behaviors (ii) The application of healthy lifestyles in daily activities (iii) Applied hygiene self and the environment. These targets and outcomes are achieved through (i) counseling for clean and healthy lifestyles (ii) training in sorting organic and inorganic waste (iii) how to wash hands properly. The results of community service programs are (i) students can maintain cleanliness and environmental health (ii) students can distinguish types of organic and inorganic waste*

**Keywords:** hand washing, environment, organic waste, inorganic waste, students

### **Abstrak**

SD Islamiyah merupakan salah satu sekolah dasar yang berada di Warungboto, Kotamadya Yogyakarta. SD Islamiyah memiliki siswa total 40 peserta didik. Permasalahan yang dihadapi di SD Islamiyah adalah minimnya penyuluhan tentang kesehatan diri dan lingkungan. Hal tersebut padahal sangat penting sebagai pengetahuan dasar peserta didik dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu, perlu dilakukan penyuluhan mengenai edukasi perilaku hidup bersih dan sehat.

Target dan luaran yang ingin dicapai dari kegiatan ini yaitu dapat menjadi solusi pemecahan masalah antara lain (i) Meningkatnya pemahaman dan kesadaran diri peserta didik dalam perilaku hidup bersih dan sehat (ii) Diterapkannya pola hidup sehat dalam aktivitas sehari-hari (iii) Diterapkannya kebersihan diri maupun lingkungan. Target dan luaran tersebut dicapai melalui (i) penyuluhan pola hidup bersih dan sehat (ii) pelatihan pemilahan sampah organik dan anorganik (iii) cara mencuci tangan dengan benar. Hasil program pengabdian masyarakat adalah (i) peserta didik dapat menjaga kebersihan dan kesehatan lingkungan (ii) peserta didik dapat membedakan jenis sampah organik dan anorganik

**Kata kunci:** cuci tangan, lingkungan, sampah organik, sampah anorganik, peserta didik

## **1. Pendahuluan**

Kebersihan tangan sangat penting karena mengakibatkan ribuan orang meninggal diberbagai penjuru dunia. Kebersihan tangan menjadi hal yang sangat penting untuk menghindari transmisi kuman yang berbahaya dan mencegah masalah kesehatan yang berkaitan dengan infeksi (Khoiruddin et al., 2016). Penyakit-penyakit yang umumnya timbul karena tangan yang berkuman, antara lain diare (Sinaga, 2015).

Dunia pendidikan turut menghadirkan banyak interaksi antar siswa dan guru. Interaksi fisik yang terjadi antara siswa dan guru sangat banyak terjadi. Kebersihan tangan menjadi hal utama perlu diperhatikan karena banyaknya interaksi serta kegiatan yang menggunakan tangan seperti makan dan minum yang berdampak langsung pada masing-masing individu secara pribadi (Dey et al., 2019). Edukasi mengenai cara cuci tangan dengan air dan sabun menjadi satu hal

sederhana yang perlu disadarkan pada peserta didik maupun guru yang terlibat dalam lingkungan sekolah. Cuci tangan perlu dilakukan lengkap menggunakan air dan sabun yang menjamin kebersihan tangan (Mumpuningtias et al., 2019). Cuci tangan membersihkan kuman di tangan sehingga meminimalisir infeksi (Kusmiyati, 2019).

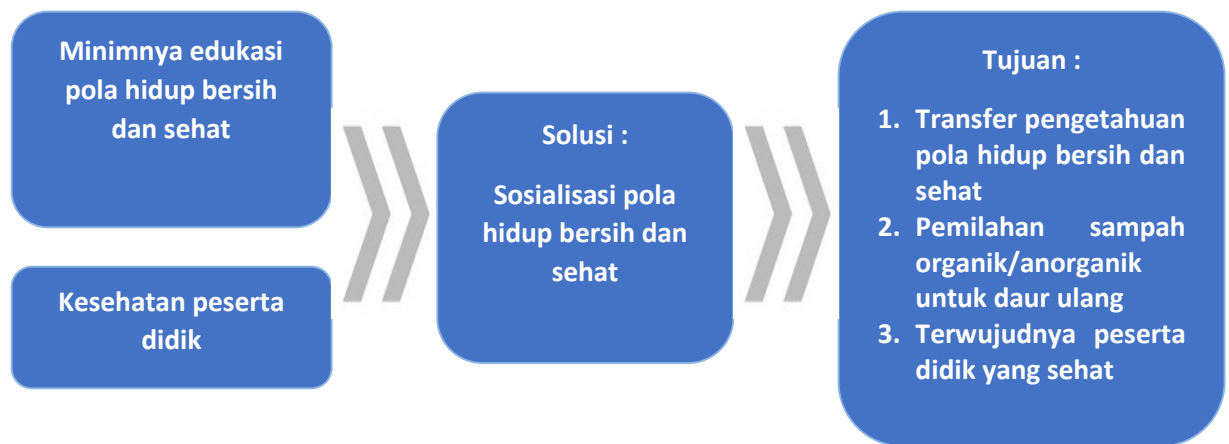
Perilaku pola hidup bersih dan sehat yang dapat diajarkan kepada anak-anak lainnya yaitu pengelolaan sampah (Kurniasari, 2018). Anak-anak diajarkan tentang karakteristik sampah di lingkungan sekitar sehingga sejak dini bisa memiliki pengetahuan pengelolaan sampah dan tidak akan membuang sampah sembarangan. Karakteristik sampah yang dapat diajarkan seperti pengelompokan sampah (organik dan anorganik), sumber sampah yang dihasilkan, dampak positif pengelolaan sampah yang baik serta dampak negatif pengelolaan sampah yang buruk (Paes et al., 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka dilakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk peserta didik di sekolah dasar. Hal ini bertujuan supaya peserta didik mengetahui tentang pola hidup bersih dan sehat. Harapannya, peserta didik mampu mengimplementasikan pada kehidupan sehari-hari sehingga meningkatkan kesehatan diri.

## **2. Metode**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SD Islamiyah Warungboto Kotamadya Yogyakarta. Pelaksanaan kegiatan ini adalah dosen AKPY STIPER dan seluruh peserta didik SD Islamiyah Warungboto pada bulan November-Desember 2019. Jumlah peserta didik yang mengikuti kegiatan ini adalah 40 siswa dari kelas 1 sampai dengan 6 SD. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah survei lokasi, persiapan alat/bahan, demonstrasi dan diskusi.

Survei lokasi tujuannya untuk mengetahui lokasi yang memungkinkan menjadi lokasi kegiatan dan memetakan kondisi lingkungan sekitar untuk dapat diidentifikasi lebih awal sehingga kegiatan dapat berjalan sesuai yang diharapkan sesuai dengan tujuan awal pengabdian. Setelah mendapatkan lokasi yang sesuai untuk pelaksanaan kegiatan selanjutnya dilakukan persiapan alat/bahan. Alat dan bahan yang disiapkan juga telah disesuaikan berdasarkan target capaian yang merupakan anak-anak pada taraf sekolah dasar. Selanjutnya adalah tahap akhir yang dilakukan yaitu dengan penjelasan singkat, demonstrasi, praktik langsung dan diskusi. Penjelasan singkat guna menerangkan secara global maksud dan tujuan, yang selanjutnya dilakukan demonstrasi memperkenalkan alat dan bahan yang digunakan dan setelahnya dilakukan praktik langsung diluar ruangan/lapangan. Tahap akhir adalah diskusi, yang bertujuan untuk monitoring dan evaluasi kegiatan yang telah berlangsung.



Gambar 1. Alur kegiatan yang dilakukan

### 3. Hasil dan Pembahasan

Edukasi pola hidup bersih dan sehat kepada peserta didik sekolah dasar (SD) sangat penting dilakukan. Hal ini bertujuan supaya peserta didik dapat meningkatkan kebiasaan hidup sehat baik untuk diri sendiri maupun lingkungan sekitar. Namun, edukasi tersebut masih minim dilakukan di SD Islamiyah Warungboto Kotamadya Yogyakarta. Oleh karena itu, perlu dilakukan edukasi dan pendampingan untuk mentransfer pengetahuan tentang pola hidup bersih dan sehat seperti cara mencuci tangan yang benar serta pemilahan sampah yang terdapat di lingkungan sekolah.

Pelaksanaan edukasi pola hidup bersih dan sehat yang dilakukan antara lain sebagai berikut:

#### a. Survei Lokasi

Kegiatan survei lokasi dilakukan untuk meninjau lokasi pelaksanaan kegiatan dengan mengunjungi SD Islamiyah Warungboto (Gambar 2). Survei dilakukan satu minggu sebelum pelaksanaan untuk mengetahui keadaan lingkungan sekolah serta jumlah peserta didik yang dapat mengikuti kegiatan. Survei dilakukan oleh perwakilan dosen AKPY STIPER. Disampaikan kepada pihak SD Islamiyah Warungboto bahwa akan dilaksanakan kegiatan edukasi pola hidup bersih dan sehat bagi peserta didik. Tindak lanjut hal tersebut, Kepala Sekolah SD Islamiyah Warungboto mensosialisasikan kepada guru wali kelas untuk mengkoordinir peserta didik saat kegiatan berlangsung.



Gambar 2. Survei lokasi SD Islamiyah Warungboto

b. Persiapan Alat/Bahan

Alat/bahan yang digunakan meliputi sabun cuci tangan, kain lap, tempat sampah dan label. Alat/bahan tersebut ditempatkan pada setiap tempat strategis di lingkungan sekolah yang dapat dijangkau oleh peserta didik. Beberapa tempat yang digunakan untuk meletakkan alat/bahan tersebut yaitu mushola, kamar mandi, tempat cuci tangan di depan kelas. Masing-masing tempat mendapatkan 1 set alat/bahan (Gambar 3).



Gambar 3. Alat/bahan yang digunakan (a) sabun cuci tangan (b) tempat sampah organik (c) tempat sampah anorganik

c. Demonstrasi dan Diskusi

Kegiatan ini diawali dengan sosialisasi materi yang terdiri dari penjelasan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat serta cara pemilahan sampah organik dan anorganik. Pelaksana sosialisasi adalah dosen AKPY STIPER (Gambar 4). Penjelasan menggunakan alat peraga dan gambar untuk mempermudah peserta didik dalam memahami materi.

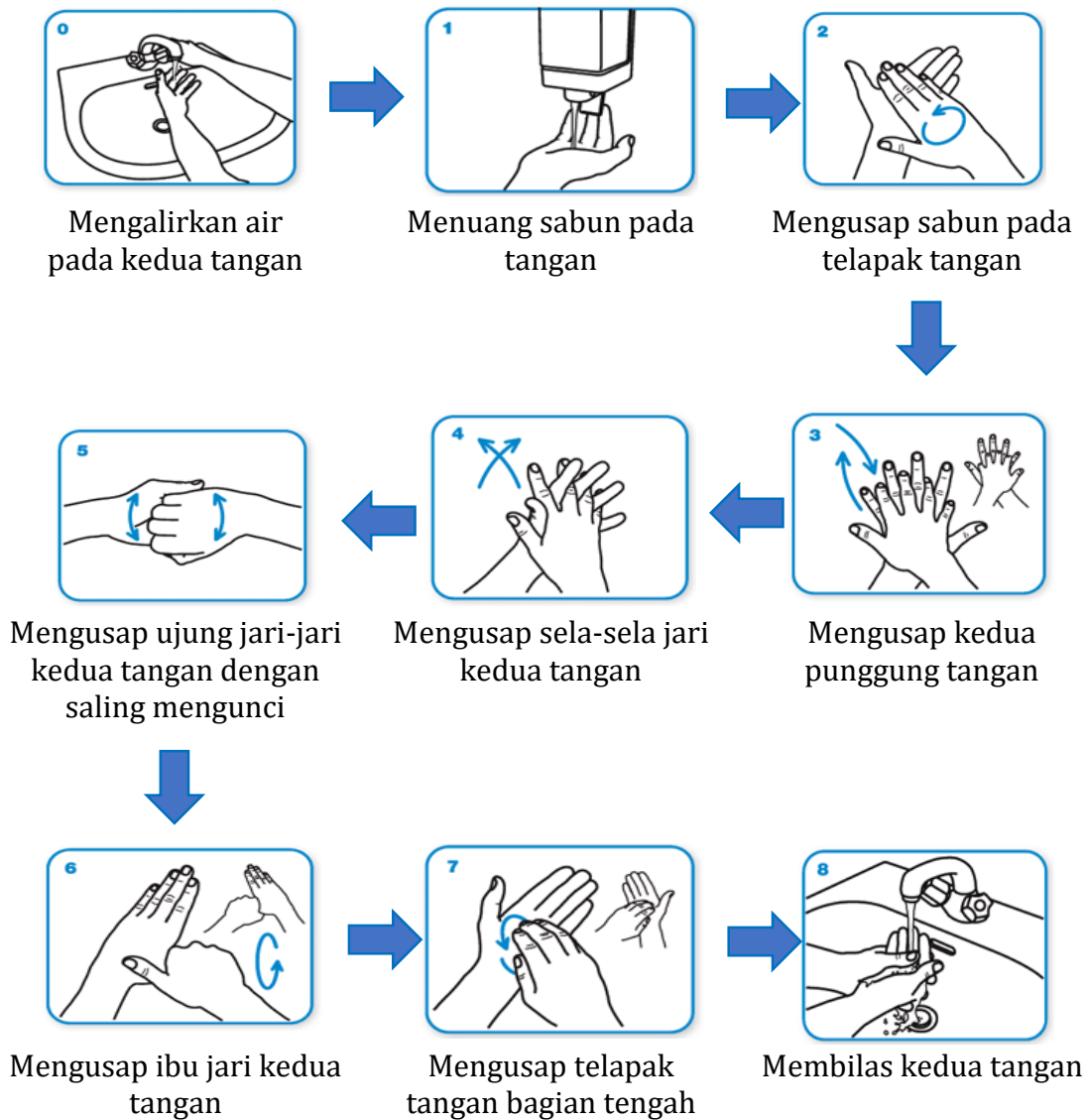


Gambar 4. Penjelasan materi kepada peserta didik

Demonstrasi yang dilakukan yaitu cara mencuci tangan dan pemilahan sampah baik organik maupun anorganik yang berada di lingkungan sekolah. Cara mencuci tangan sesuai dengan anjuran World Health Organization (WHO) yaitu (a) membilas kedua tangan dengan air mengalir (b) mengusap sabun pada telapak tangan, (c) mengusap kedua punggung tangan, (d) mengusap sela-sela jari kedua tangan, (e) mengusap ujung jari-jari kedua tangan dengan saling mengunci, (f) mengusap ibu jari kedua tangan, (g) mengusap telapak tangan bagian tengah (h) membilas kedua tangan (Gambar 5). Demonstrasi cara mencuci tangan diharapkan meningkatkan pengetahuan peserta didik tentang pentingnya pola hidup bersih. Pola hidup bersih dapat menekan serangan penyakit menular (Dey et al., 2019).

Pencucian dengan sabun sebagai pembersih, penggosokan dan pembilasan dengan air mengalir akan membersihkan partikel kotoran di tangan yang banyak mengandung mikroorganisme (Prendergast et al., 2019; Patrick et al., 2020). Kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, ternyata dapat mengurangi insiden diare sampai 50% atau sama dengan menyelamatkan sekitar 1 juta anak di dunia dari penyakit tersebut setiap tahunnya. Kebiasaan mencuci tangan oleh peserta didik dapat dilakukan setelah mereka melakukan beberapa kegiatan diantaranya sebelum dan setelah makan, setelah dari kamar mandi, setelah memegang barang dan setelah melakukan kegiatan di luar ruangan (McMichael & Vally, 2020).





Gambar 5. Cara mencuci tangan sesuai anjuran WHO (2009)

Setelah peserta didik mengetahui dan menyadari hal tersebut maka kemudian timbul ketertarikan (interest) yaitu siswa tertarik untuk melakukan tindakan cuci tangan sebelum dan setelah makan pakai sabun sesuai dengan informasi yang diketahui sebelumnya. Selanjutnya dengan melakukan evaluasi (evaluation) atau menimbang-menimbang baik dan tidaknya stimulus tersebut bagi dirinya atau dalam hal ini adalah subjek mulai menunjukkan sikap terhadap objek, artinya peserta didik mulai berpikir untuk menjaga kesehatan dengan menimbang baik dan buruknya dengan mencuci tangan sebelum dan setelah makan. Setelah itu proses mencoba (trial) yang artinya, peserta didik mencoba untuk melakukan tindakan mencuci tangan sebelum dan setelah makan yang didasarkan atas berbagai pertimbangan yang telah dipikirkan sebelumnya hingga beradaptasi dengan perilaku (adaptation) yaitu peserta didik mulai terbiasa melakukan tindakan cuci tangan sebelum dan setelah makan pakai sabun.

Peserta didik selanjutnya diajarkan pemilahan sampah. Pemilahan sampah yang dilakukan yaitu sampah organik dan anorganik. Sampah organik adalah sampah yang dapat terdekomposisi sedangkan sampah anorganik tidak dapat terdekomposisi (Oloo & Awuor, 2019). Sampah anorganik dapat dimanfaatkan kembali setelah didaur ulang. Siswa diajarkan karakteristik sampah organik dan anorganik (Kurniasari, 2018). Siswa diberikan contoh sampah yang termasuk organik dan anorganik. Sampah organik yang umumnya banyak terdapat di lingkungan sekolah adalah seresah tanaman sedangkan sampah anorganik seperti plastik dan botol plastik bekas. Pemilahan sampah ini bertujuan supaya selanjutnya dapat dilakukan pengelolaan dengan optimal. Sampah organik dapat dimanfaatkan untuk pembuatan kompos (Khair et al., 2015). Sampah anorganik dapat didaur ulang atau digunakan kembali seperti botol plastik bekas untuk pot tanaman (Kedzierski et al., 2020).

Kegiatan selanjutnya yaitu pemilahan sampah (Gambar 6). Peserta didik diarahkan untuk mengumpulkan sampah yang ada di lingkungan sekolah. Sampah tersebut selanjutnya dikelompokkan menjadi sampah organik dan anorganik. Kemudian dimasukkan ke tempat sampah yang berbeda. Peserta didik kemudian diberikan penjelasan mengenai cara pengelolaan sampah tersebut. Selain itu, peserta didik juga diberikan pengetahuan manfaat pengelolaan sampah yang baik bagi lingkungan sekitar.



Gambar 6. Pengelompokan sampah (a) organik (b) anorganik

Kemudian dilanjutkan kegiatan praktek cuci tangan yang dilakukan oleh peserta didik (Gambar 7). Peserta didik melakukan praktek cuci tangan di lokasi yang telah disediakan yaitu mushola, depan ruang kelas dan di halaman sekolah. Lokasi tersebut dipilih karena terdapat kran air yang telah dipasang. Peserta didik secara bergantian mempraktekan cara mencuci tangan dengan baik dan benar.



Gambar 7. Peserta didik melakukan cuci tangan

Tahap terakhir kegiatan yaitu diskusi dengan peserta didik. Diskusi bertujuan untuk mengetahui sejauh mana antusiasme, kendala dan pemahaman peserta didik selama kegiatan berlangsung. Diskusi diarahkan dengan tanya jawab antara dosen AKPY STIPER dan peserta didik. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana materi yang disampaikan dapat dipahami oleh peserta didik. Selanjutnya akan dijadikan evaluasi dan pedoman kegiatan berikutnya.

#### **4. Simpulan dan Saran**

##### **Kesimpulan**

Pengabdian masyarakat di SD Islamiyah dalam meningkatkan kesadaran pola hidup sehat dilakukan dengan pemahaman dasar kebersihan dan kesehatan diri serta lingkungan, pemahaman dalam memilah jenis sampah dan pelatihan cara mencuci tangan dengan benar

Peserta didik sangat aktif berpartisipasi dan memberikan tanggapan yang baik. Selain itu pihak sekolah memberikan apresiasi kepada tim pelaksana yang telah memberikan pendampingan dan penyuluhan.

##### **Saran**

Kegiatan ini sebaiknya dilakukan secara komprehensif dengan menambahkan contoh pola hidup sehat yang lain dalam kehidupan sehari-hari.

#### **5. DAFTAR PUSTAKA**

- Dey, N. C., Parvez, M., Islam, M. R., Mistry, S. K., & Levine, D. I. (2019). Effectiveness of a community-based water, sanitation, and hygiene (WASH) intervention in reduction of diarrhoea among under-five children: Evidence from a repeated cross-sectional study (2007–2015) in rural Bangladesh. *International Journal of Hygiene and Environmental Health*, 222(8), 1098–1108. <https://doi.org/10.1016/j.ijheh.2019.08.006>
- Kedzierski, M., Frère, D., Le Maguer, G., & Bruzard, S. (2020). Why is there plastic packaging in the natural environment? Understanding the roots of our individual plastic waste management behaviours. *Science of the Total Environment*, 740, 139985. <https://doi.org/10.1016/j.scitotenv.2020.139985>



- Khair, A., Herawati, L., & Raharja, M. (n.d.). The Use of Earthworms and Household Organic Waste Penggunaan Cacing Tanah dan Lama Waktu Pengomposan Sampah. 1.
- Khoiruddin, K., . K., & Sutanta, S. (2016). Tingkat Pengetahuan Berhubungan dengan Sikap Cuci Tangan Bersih Pakai Sabun Sebelum dan Setelah Makan pada Siswa SDN Ngebel Tamantirta, Kasihan, Bantul, Yogyakarta. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 3(3), 176. [https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3\(3\).176-180](https://doi.org/10.21927/jnki.2015.3(3).176-180)
- Kurniasari, R. (2018). Peningkatan Ecoliteracy Siswa Terhadap Sampah Organik dan Anorganik Melalui Group Investigation Pada Pembelajaran IPS [ Increasing Students' Ecoliteracy in Sorting organic and Inorganic Waste Through Group Investigation of Social Studies]. *Jurnal Lensa Pendas*, 3(2), 8–13.
- Kusmiyati, M. & B. (2019). Penyuluhan Tentang Kebersihan Diri Untuk Menunjang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Smpn 2 Gunungsari. *Jurnal Pendidikan Dan Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 13–16.
- McMichael, C., & Vally, H. (2020). Children's perspectives on water, sanitation and hygiene in schools: A case-study from the Philippines. *Health and Place*, January, 102290. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2020.102290>
- Mumpuningtias, E. D., Aliftitah, S., & Illiyini, I. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Cuci Tangan Menggunakan Handrub pada Keluarga Pasien di Ruang Bedah RSUD dr. H. Moh. Anwar Sumenep. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 12(2). <https://doi.org/10.30643/jiksht.v12i2.31>
- Oloo, J. O., & Awuor, F. O. (2019). Suitability of Kibuye Market Organic Waste for Composting as a Means of Solid Waste Management for Kisumu City. *International Journal of Waste Resources*, 09(02), 2019–2020. <https://doi.org/10.35248/2252-5211.19.9.370>
- Paes, L. A. B., Bezerra, B. S., Deus, R. M., Jugend, D., & Battistelle, R. A. G. (2019). Organic solid waste management in a circular economy perspective – A systematic review and SWOT analysis. *Journal of Cleaner Production*, 239, 118086. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.118086>
- Patrick, A., Murphy, P., Pryor, R., Cooper, K., Godbout, E., Stevens, M. P., Doll, M., Hemphill, R. R., & Bearman, G. (2020). Nurse survey, knowledge gaps and the creation of an environmental hygiene protocol for patient transport and removing linen from patient rooms. *American Journal of Infection Control*, 000, 3–5. <https://doi.org/10.1016/j.ajic.2019.12.012>
- Prendergast, A. J., Chasekwa, B., Evans, C., Mutasa, K., Mbuya, M. N. N., Stoltzfus, R. J., Smith, L. E., Majo, F. D., Tavengwa, N. V., Mutasa, B., Mangwadu, G. T., Chasokela, C. M., Chigumira, A., Moulton, L. H., Ntozini, R., & Humphrey, J. H. (2019). Independent and combined effects of improved water, sanitation, and hygiene, and improved complementary feeding, on stunting and anaemia among HIV-exposed children in rural Zimbabwe: a cluster-randomised controlled trial. *The Lancet Child and Adolescent Health*, 3(2), 77–90. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(18\)30340-7](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(18)30340-7)
- Sinaga, S. N. (2015). Kebijakan Penanggulangan Penyakit Demam Berdarah Di Indonesia. *Jurnal Research Sains*, 1(1), 1–7.