



JKB

Jurnal Kewirausahaan & Bisnis
Volume 3 Issue 2, Year 2021 (65-68)

Homepage : <https://jurnalunived.com/index.php/JKB>

Penerapan Perilaku Hidup Bersih Di Smk N 6 Kota Bengkulu

Jumiati Siska¹, Imma Rachayu², Fadlul Amdhi Yul³, Diah Selviani⁴, Yenni Fitriani⁵,
Edy Susanto⁶, Izza Luthfia⁷

¹. Pendidikan Komputer FKIP, Universitas Dehasen Bengkulu
Email ; Jesiskaalghazali@gmail.com

Abstract; Berdasarkan hasil kegiatan dan analisis evaluasi dapat disimpulkan sebagai berikut Materi pengabdian sebagai tambahan pengetahuan bagi para Siswa SMKN 6 Kota Bengkulu bahwa ternyata pemanfaatan dan penerapan hidup bersih sangat penting, Peserta pengabdian sangat antusias mengikuti kegiatan, yang dapat meningkatkan pengetahuan yang sangat berguna untuk para Siswa SMKN 6 Kota Bengkulu. Perlu diadakan pengabdian pada masyarakat lanjutan dengan materi yang berbeda agar para Siswa SMKN 6 Kota Bengkulu lebih termotivasi dalam melatih kemampuan mengajar dalam hal memanfaatkan media pembelajaran yang lain.

Kata Kunci: *Hidup bersih, Motivasi, Media Pembelajaran*

Abstract: Based on the results of the activities and evaluation analysis, it can be concluded as follows The service material as an additional knowledge for students of SMKN 6 Bengkulu City that it turns out that the utilization and application of clean living is very important, the service participants are very enthusiastic about participating in the activities, which can increase knowledge which is very useful for students of SMKN 6 Bengkulu City. It is necessary to hold further community service with different materials so that students of SMKN 6 Bengkulu City are more motivated in practicing teaching skills in terms of utilizing other learning media.

Keywords: Clean living, Motivation, Learning Media

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat. PHBS itu jumlahnya banyak sekali, bisa ratusan. Misalnya tentang gizi: makan beraneka ragam makanan, minum tablet tambah darah, mengkonsumsi garam beryodium, memberi bayi dan balita kapsul vitamin A. Tentang kesehatan lingkungan seperti membuang sampah pada tempatnya, membersihkan lingkungan. Setiap rumah tangga dianjurkan untuk melaksanakan semua perilaku kesehatan.

Apa manfaat PHBS? Antara lain, setiap anggota keluarga menjadi sehat dan tidak mudah sakit, anak tumbuh sehat dan cerdas, anggota keluarga giat bekerja. Pengeluaran biaya rumah tangga dapat ditujukan untuk memenuhi gizi keluarga, pendidikan dan modal usaha untuk menambah pendapatan keluarga. *Pertama*, PHBS di Rumah Tangga adalah upaya untuk memberdayakan anggota rumah tangga agar tahu, mau dan mampu melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam gerakan kesehatan di masyarakat. PHBS di Rumah Tangga dilakukan untuk mencapai Rumah Tangga Sehat.

Kedua, PHBS di Sekolah. Sekolah memperkenalkan dunia kesehatan pada anak-anak di sekolah, seyogyanya tidak terlalu susah karena pada umumnya tiap sekolah sudah memiliki Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Pengertian UKS adalah usaha untuk membina dan mengembangkan kebiasaan serta perilaku hidup sehat pada peserta didik usia sekolah yang dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. Dalam UU Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan bahwa "Kesehatan Sekolah" diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan

berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

UKS bertujuan untuk meningkatkan mutu pendidikan dan prestasi belajar peserta didik dengan meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat serta derajat kesehatan peserta didik dan menciptakan lingkungan yang sehat, sehingga memungkinkan pertumbuhan dan perkembangan yang harmonis dan optimal dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Ketiga, PHBS di Tempat Kerja. PHBS di Tempat Kerja adalah upaya untuk memberdayakan para pekerja, pemilik dan pengelola usaha/kantor, agar tahu, mau dan mampu mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan tempat kerja sehat.

PHBS di tempat kerja antara lain: (1) tidak merokok di tempat kerja, (2) membeli dan mengonsumsi makanan dari tempat kerja, (3) melakukan olahraga secara teratur/aktifitas fisik, (4) mencuci tangan dengan air bersih dan sabun sebelum makan dan sesudah buang air besar dan buang air kecil, (5) memberantas jentik nyamuk di tempat kerja, (6) menggunakan air bersih, (7) menggunakan jamban saat buang air besar dan kecil, (8) membuang sampah pada tempatnya, (9) mempergunakan alat pelindung diri (APD) sesuai jenis pekerjaan, (10) setiap pekerja meningkatkan kesehatannya dan tidak mudah sakit, (11) produktivitas pekerja meningkat yang berdampak pada peningkatan penghasilan pekerja dan ekonomi keluarga, (12) pengeluaran biaya rumah tangga hanya ditujukan untuk peningkatan taraf hidup bukan untuk biaya pengobatan.

Pentingnya Menjalankan Pola Hidup Bersih dan Sehat

Prinsip kedua dari pola makan dengan Gizi Seimbang adalah pentingnya pola hidup bersih. Pola makan ber-Gizi Seimbang akan menjadi tak berguna bila tidak diikuti dengan penerapan prinsip dan kebiasaan hidup bersih, seperti: (1) mencuci tangan sebelum makan dengan air bersih dan sabun, (2) menyajikan makanan dalam keadaan selalu tertutup agar tak dihindangi serangga/lalat, (3) memasak makan dengan suhu yang tepat agar kuman mati, (4) mencuci sayur dan buah hingga bersih, serta (5) menjaga makanan dan minuman agar tidak tercemar oleh logam berat.

Termasuk dalam pola hidup bersih adalah menjalankan pola hidup sehat seperti menghindari konsumsi rokok, alkohol serta hal-hal yang dapat membahayakan kesehatan. Lakukan imunisasi atau vaksinasi sesuai anjuran. Prinsip pola hidup bersih dalam Gizi Seimbang mendukung program kesehatan lingkungan yang dikenal dengan program

PHBS. Untuk mencapai visi Indonesia Sehat, Pusat Promosi Kesehatan, Departemen Kesehatan telah melakukan upaya pemberdayaan masyarakat dengan melakukan sosialisasi mengenai pentingnya PHBS pada tingkatan rumah tangga. Apa dan bagaimana upaya PHBS tersebut, dapat dilihat dalam rangkuman sumber pustaka dari Pusat Promosi Kesehatan (Promkes), Depkes RI.

SMK Negeri 6 Kota Bengkulu sudah mulai menerapkan perilaku hidup bersih sejak mulai pandemic dengan selalu menjaga dan menerapkan protokol Kesehatan.

METODE PENELITIAN

Adapun Metode yang digunakan dalam Sosialisasi ini adalah sebagai berikut:

1. **Ceramah**, praktik langsung dan diskusi 2 arah tentang “Perilaku Hidup Bersih”.
2. **Penyaji** yang beranggotakan tujuh orang sudah sesuai dengan masing-masing *job desk* yang disepakati dari awal.
3. **Penutup** Kegiatan akan ditutup dengan penyerahan Sertifikat ucapan terima kasih dan foto bersama serta berdoa bersama.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dijelaskan tentang penerapan Perilaku Hidup Bersih Pada Siswa SMKN 6 Kota Bengkulu kegiatan pengabdian ini sebagai berikut :

1. Materi yang disampaikan merupakan tambahan pengetahuan bagi Siswa SMKN 6 Kota Bengkulu
2. Tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan pengabdian ini, telah mencapai target yang diinginkan terbukti dengan adanya pertanyaan-pertanyaan yang diajukan selama kegiatan berlangsung.
3. Penjelasan yang telah disampaikan oleh kelompok pengabdian telah menambah wawasan peserta pengabdian akan pentingnya belajar dan memanfaatkan penerapan Perilaku Hidup Bersih.
4. Keberhasilan pengabdian ini, tidak terlepas dari adanya faktor pendorong dan faktor penghambat.

a. Faktor Penghambat

Hal-hal yang dirasakan sebagai faktor penghambat kegiatan ini antara lain keterbatasan tempat pelatihan dan banyak Siswa yang masih kurang kesadaran hidup bersih. Hal ini dapat diatasi berkat kerjasama yang baik antara semua pihak yang terlibat dalam pengabdian ini.

b. Faktor pendorong

Antusias yang tinggi para Siswa karena belajar memperhatikan materi yang disampaikan.

5. Evaluasi

Terlaksananya kegiatan pengabdian pada masyarakat ini, merupakan salah satu bentuk kegiatan yang mendukung program SMKN 6 Kota Bengkulu untuk menerapkan perilaku hidup bersih pada saat pandemi ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan dan analisis evaluasi dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Materi pengabdian sebagai tambahan pengetahuan bagi para Siswa SMKN 6 Kota Bengkulu bahwa ternyata pemanfaatan dan penerapan hidup bersih sangat penting.
2. Peserta pengabdian sangat antusias mengikuti kegiatan, yang dapat meningkatkan pengetahuan yang sangat berguna untuk para Siswa SMKN 6 Kota Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Anief, M., 2007, *Farmasetika*, UGM Press, Yogyakarta
- Anonim, 1986, *Sediaan Galenik*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Anonim, 1997. *Farmakope Indonesia Edisi IV*. Departemen Kesehatan Republik Indonesia
- Anonim. 1983. *Farmakologi dan Terapi edisi II*. Bag. Farmakologi FK UI. Jakarta.
- Block, S. 2001. *Disinfection, Sterilization and Preservation*, edisi 4, Williams and Wilkins. USA.
- Dewi, Desintya. 2012. *Khasiat dan Manfaat Jeruk Nipis*. Surabaya : Penerbit Stomata.
- Hidayat, S., 2005, *Ramuan Tradisional ala 12 Etnis Indonesia*, 6, Penebar Swadaya, Jakarta.
- Lauma, S.W., *Pangemanan*,
- Damajanti H. C., Bernart S. P Hutagalung. 2015. *Uji Efektifitas Perasan Air Jeruk Nipis*