

**LAPORAN PELAKSANAAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

**SOSIALISASI TENTANG PENERAPAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI  
PERMUKIMAN TEMPAT PEMBUANGAN AKHIR SAMPAH (TPA) DESA  
NEGALSARI TANGERANG**

**Dilaksanakan pada:**

**10 januari 2016**



**Universitas  
Esa Unggul**

**Esa Unggul**

**Oleh:**

**Nayla Kamilia Fithri, SKM., MPH**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT**

**FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

**2017**

## Halaman Pengesahan

1. Judul Penelitian : Sosialisasi tentang penerapan hidup bersih dan sehat Di Permukiman Tempat Pembuangan Akhir Sampah (TPA) Desa Negalsari Tangerang.
2. Ketua Peneliti
- a. Nama lengkap dengan gelar : Nayla Kamilia Fithri
- b. Pangkat/Gol/NIP : 215010562
- c. Jabatan Fungsional/Struktural : Tenaga Pendidik
- d. Pengalaman penelitian : *(terlampir dalam CV)*
- e. Program Studi/Jurusan : Kesehatan Masyarakat
- f. Fakultas : Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan
- g. Alamat Rumah/HP : Jl. Angsana No. 07 Kecamatan Duri Kepa Kebon Jeruk
- i. E-mail : nayla.kamilia@esaunggul.ac.id
3. Jumlah Tim Peneliti : -
4. Lokasi Penelitian : Desa Negalsari Tangerang
5. Kerjasama (kalau ada)
- a. Nama Instansi : -
- b. Alamat : -
6. Jangka waktu pengabdian : -

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan

 Universitas  
Esa Unggul  
Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan  
(Dr. Aprilita Rina Yanti B.H.M. Biomed)  
NIP: 215020572

Jakarta, 24 Agustus 2017  
Ketua Peneliti

  
(Nayla Kamilia Fithri, SKM., MPH)  
NIP: 215030576

Menyetujui,  
Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat  
Universitas Esa Unggul

 Universitas  
Esa Unggul  
LPPM  
(DR. Hasyim, SE., MM., M.Ed)  
NIP. 201040164

## DAFTAR ISI

Halaman

LEMBAR IDENTITAS DAN PENGESAHAN .....	2
DAFTAR ISI .....	3
<i>Abstract</i> .....	4
ABSTRAK.....	5
BAB I PENDAHULUAN .....	6
BAB II METODE PELAKSANAAN .....	7
BAB III HASIL DAN PEMBAHASAN .....	9
BAB IV KESIMPULAN .....	10
DAFTAR PUSTAKA .....	11

**PENINGKATAN PENGETAHUAN MENGENAI STIMULUS PADA ANAK USIA  
“GOLDEN AGE” DI KELAS PARENTING TAMAN PAUD UNIVERSITAS ESA  
UNGGUL**

**Gisely Vionalita SKM.,M.Sc.**

Program Studi Kesehatan Masyarakat

Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan

Universitas Esa Unggul

[gisely@esaunggul.ac.id](mailto:gisely@esaunggul.ac.id)

**Abstract**

**ABSTRACT**

*One of the government programs is the behavior of clean and healthy life (PHBS) to improve the health status of all Indonesian people, this is because PHBS coverage is still very low and still many infectious diseases such as diarrhea, respiratory infection and worms suffered by the people of Indonesia. Even in various areas of ISPA and diarrhea disease is still ranked 1 in 10 major diseases. Therefore, the obligations of each university as described in the Tridharma of Higher Education are Education, Research and Community Service. One of them is organizing community devotion to the mothers who live around the TPA Negalsari Landfill Tangerang. The purpose of community service is expected to increase public knowledge about seven steps wash hands with soap, regular bath, brush your teeth properly and correctly and routinely cut the nails so avoid the various infectious diseases. Implementation of community service using methods in the form of counseling, followed by question and answer and simulation / demonstration with direct practice. The result of this activity is the mothers are very enthusiastic in following the whole series of activities that have been dilaksanakan and know how to practice directly seven steps to wash hands with soap. The conclusion of this activity is the increase of knowledge for the extension participants about the importance of clean and healthy life behavior for themselves and the family so that it can improve the public health status.*

**Keywords :** seven steps to wash hands with soap, PHBS

## Abstrak

### ABSTRAK

Salah satu program pemerintah adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk meningkatkan derajat kesehatan seluruh masyarakat Indonesia, ini dikarenakan cakupan PHBS masih sangat rendah dan masih banyak penyakit infeksi seperti diare, ISPA dan kecacangan yang diderita masyarakat Indonesia. Bahkan diberbagai daerah penyakit ISPA dan diare masih menduduki peringkat 1 dalam 10 besar penyakit. Oleh karena itu kewajiban setiap Perguruan Tinggi sebagaimana dijelaskan dalam Tridharma Perguruan Tinggi adalah Pendidikan, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat. Salah satunya yaitu menyelenggarakan pengabdian masyarakat kepada ibu-ibu yang tinggal di sekitar TPA Desa Negalsari Tangerang. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang 7 langkah mencuci tangan dengan sabun, mandi teratur, gosok gigi yang baik dan benar dan rutin memotong kuku sehingga terhindar dari berbagai penyakit infeksi. Pelaksanaan pengabdian masyarakat menggunakan metode dalam bentuk penyuluhan, dilanjutkan dengan tanya jawab dan simulasi/demostrasi dengan praktek langsung. Hasil dari kegiatan ini adalah para ibu-ibu sangat antusias dalam mengikuti seluruh rangkaian kegiatan yang telah dilaksanakan dan mengetahui bagaimana mempraktekkan secara langsung 7 langkah mencuci tangan dengan sabun. Kesimpulan kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan bagi peserta penyuluhan tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat bagi diri sendiri dan keluarga sehingga bisa meningkatkan derajat kesehatan masyarakat.

**Kata Kunci :** *Tujuh Langkah mencuci tangan dengan sabun, PHBS*

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah program pemerintah dibidang kesehatan untuk menciptakan derajat kesehatan masyarakat. PHBS dapat diterapkan melalui 5 tatanan yaitu tatanan rumah tangga, sekolah, tempat kerja dan institusi kesehatan (Depkes RI, 2014). PHBS ini tertuang dalam misi Indonesia Sehat 2015 yang mana masyarakat diharapkan dapat mendorong kemandirian masyarakat untuk hidup sehat.

Penerapan PHBS ditatanan rumah tangga diharapkan mampu memberikan kontribusi untuk peningkatan kesehatan di masyarakat. Penerapan ini dapat dimulai dari ibu rumah tangga, yang mana dapat mengajarkan ke anak-anak dan anggota keluarga yang lainnya. Dalam penerapan PHBS terdapat beberapa indikator salah satunya adalah mencuci tangan dengan sabun.

Dampak perilaku yang tidak sehat adalah menyebabkan timbulnya berbagai macam penyakit seperti diare, ISPA, karies gigi, penyakit kulit, TBC, DBD dan akan mudah tertular penyakit infeksi lainnya.

## BAB II METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan pengabdian dilaksanakan Di Jl. Rawa Kucing Raya Gang. SMKN 6 RT 05 RW 04 Kelurahan Kedaung Wetan, Kecamatan Neglasari, Kota Tangerang Banten pada tanggal 10 Januari 2016. Sosialisasi ini diberikan kepada ibu-ibu yang tinggal disekitar Tempat Pembuangan Akhir Sampah Rawa Kucing, para ibu dikumpulkan untuk mendapatkan penyuluhan yang diberikan oleh Nayla Kamilia Fithri, SKM., MPH. Dosen Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.

Materi penyuluhan yang diberikan terkait dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang berfokus pada perilaku mencuci tangan pakai sabun sesuai dengan PERMENKES NO 3 Tahun 2014, bagaimana melakukan kebersihan diri dengan mandi teratur , gosok gigi dengan baik dan benar serta secara rutin memotong kuku. Pelaksanaan sosialisasi ini dilakukan dengan tiga tahap:

1. Pemberian materi penyuluhan tentang 7 langkah mencuci tangan dengan sabun, 5 waktu yang tepat dalam melakukan cuci tangan dengan sabun, cara melakukan kebersihan diri dengan mandi secara rutin dan menggosok gigi dengan baik dan benar serat memotong kuku. Selain itu juga menyampaikan dampak dan manfaat jika semua yang dilakukan dengan cara yang baik dan benar.
2. Pemberian simulasi secara langsung dengan mempraktekkan 7 langkah cuci tangan pakai sabun dan cara menggosok gigi dengan benar.
3. Sesi tanya jawab dan diskusi

Pelaksanaan dilakukan dengan pemberian materi terlebih dahulu yang kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab atau berbagi pendapat. Tujuh langkah dalam melakukan cuci tangan dengan benar sesuai dengan PERMENKES NO 3 Tahun 2014 adalah sebagai berikut:

Tabel 1.1  
Tujuh Langkah Mencuci Tangan dengan sabun

No.	Gambar	Keterangan
1.		Basahi kedua telapak tangan setinggi pertengahan lengan memakai air yang mengalir, ambil sabun kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut
2.		Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian
3.		Jangan lupa jari-jari tangan, gosok sela-sela jari hingga bersih
4.		Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan mengatupkan
5.		Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
6.		Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan

No.	Gambar	Keterangan
7.	 <p>The image shows a close-up of two hands being rubbed together at the wrists. A red 'STEP 7' label is overlaid on the image. Below the image, the text reads: 'Rub both wrists in a rotating manner. Rinse and dry thoroughly.'</p>	<p>Bersihkan kedua pergelangan tangan secara bergantian dengan cara memutar, kemudian diakhiri dengan membilas seluruh bagian tangan dengan air bersih yang mengalir lalu keringkan memakai handuk atau tisu.</p>

### BAB III

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan program pengabdian di Kecamatan Neglasari, Tangerang dilaksanakan pada hari minggu tanggal 10 Januari 2016 berjalan dengan baik dan lancar. Pengabdian ini ditujukan kepada para ibu yang kesehariannya bekerja mengumpulkan sampah dan area rumah mereka adalah dekat dengan Tempat Pembuangan Akhir Sementara (TPAS). Pendidikan para ibu tersebut hampir tidak tamat sekolah dasar.



Gambar 3.1 Persiapan Sosialisasi yang di buka oleh Dekan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan

Program pengabdian berupa sosialisasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat yang berupa mencuci tangan pakai sabun sesuai dengan yang telah diterangkan sebelumnya, pada tahap pelaksanaan digunakan tiga metode atau teknik, yaitu metode ceramah, tanya jawab dan praktek langsung. Metode ceramah dan penyuluhan bertujuan memberikan pengetahuan mengenai pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, 7 langkah cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar, 5 waktu penting cuci tangan pakai sabun dan bagaimana secara rutin melakukan kebersihan diri meliputi mandi, gosok gigi, memotong kuku-kuku dengan baik dan benar.



Materi-materi yang disampaikan ternyata dapat meningkatkan pengetahuan mereka dibuktikan dengan respon yang cepat dalam menjawab semua pertanyaan yang diberikan dengan benar serta dapat langsung mempraktekan bagaimana 7 tahapan cuci tangan yang baik dan benar menurut PERMENKES NO 3 Tahun 2014 tentang Sanitasi Total Berbasis Masyarakat. Sebagai tolok ukur peningkatan pengetahuan ibu adalah mereka dapat mengungkapkan pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan benar serta mereka paham bahwa sangat penting menjaga kebersihan diri dengan mencuci tangan sesuai tahapan karena dapat menghindarkan diri dan keluarga dari penyakit diare dan keracunan makanan. Selain itu mereka juga bisa menjawab ketika ditanyakan mengenai kapan waktu yang tepat dalam melakukan cuci tangan memakai sabun yaitu setelah buang air besar dan kecil, setelah membersihkan BAB dan BAK anak, sebelum makan dan mengidangkan makanan, dan setelah memegang hewan seerta kotoran seperti sampah. Mereka juga cepat bisa mempraktekan secara langsung cuci tangan pakai sabun dengan 7 tahapan setelah mereka dipandu bersama mahasiswa dan dibantu dengan media gambar.

Berdasarkan evaluasi pelaksanaan kegiatan, dapat diidentifikasi faktor pendukung dan penghambat dari kegiatan ini sehingga dapat berjalan dengan baik dan lancar antara lain karena mendapat dukungan dari Kepala Desa Negalsari Tangerang yang bersedia diajak kerjasama dan mendukung program pengabdian masyarakat, Organisasi BEM FIKES UEU yang sangat membantu kelancaran kegiatan pengabdian, serta antusiasme dari ibu-ibu sebagai peserta dalam pengabdian masyarakat ini tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Sedangkan faktor penghambat dalam pengabdian ini adalah keterbatasan sarana yaitu sabun cuci tangan tidak dapat kami sediakan, sehingga tidak bisa secara langsung mempraktekan dengan menggunakan sabun pencuci tangan.

Hasil dari sosialisasi tersebut adalah masyarakat paham dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat terutama dalam melakukan 7 tahapan cuci tangan dengan sabun dan kapan waktu yang tepat untuk melaksanakannya serta mengerti bagai mana menjaga kebersihan diri melalui mandi teratur, gosok gigi dengan cara yang benar dan teratur memntng kuku

## BAB IV

### KESIMPULAN

Beberapa kesimpulan yang didapatkan dari kegiatan pengabdian masyarakat tentang sosialisasi dan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masyarakat ini yakni : Peningkatan pengetahuan bagi peserta penyuluhan tentang pentingnya menjaga kebersihan diri dengan melakukan cuci tangan pakai sabun serta kebersihan diri seperti mandi, potong kuku dengan metode ceramah, tanya jawab dan praktek secara langsung dengan pemandu dan media gambar. Untuk para ibu diharapkan dapat megajari keluarga lainnya yaitu anak dan suaminya untuk dapat mempraktekan 7 tahapan cuci tangan dengan sabun, serta diadakan pengabdian lebih lanjut untuk memaparkan secara lengkap 10 indikator PHBS di tatanan rumah tangga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2009). Pendidikan untuk pembangunan nasional: menuju bangsa Indonesia yang mandiri dan berdaya saing tinggi. Grasindo.
- Berk, L. (2006) *Child Development* (7th edition). Boston, MA: Pearson Education
- Bullinger, m., brütt, a. L., erhart, m. & ravens-sieberer, u. (2008). Psychometric properties of the kindl-r<sup>®</sup> questionnaire: results of the bella study. *European child & adolescent psychiatry*, **17**, 125-132.
- Cahyani, N. L. A., Kristiantari, M. R., Manuaba, I. B. S., & Fo, M. (2014). Model Pembelajaran Quantum Melalui Permainan Tradisional untuk Meningkatkan Kognitif Anak Kelompok B TK Kumara Jaya Denpasar. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 2(1).
- Ferrell, b., hassey dow, k. & grant, m. (1995). Measurement of the quality of life in cancer survivors. *Quality of life research*, **4(6)**, 523-531.
- Garina, Lisa Adhia. "Prevalensi, karakteristik, dan pelayanan kesehatan bagi anak berkebutuhan khusus di Indonesia." (2012).
- Handayani, W. (2012). Upaya Meningkatkan Pembelajaran Sains Dengan Media Gambar Pada Anak Kelompok B Di TK Aisyiyah Joton III Tahun Ajaran 2012/2013 (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Ustama, D. D. (2009). Peranan Pendidikan dalam Pengentasan Kemiskinan. *Jurnal Ilmu administrasi dan kebijakan publik*, 6(1), 1-12.
- Rinekasari, n. R. (2014). Kurikulum terpadu untuk anak usia dini dan sekolah dasar serta parenting class untuk meningkatkan keberhasilan pendidikan anak. *Familyedu*, 1(1).



**SURAT PERNYATAAN KETUA PENELITI/PELAKSANA**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nayin Kamilia Fithri SKM., MPH  
 NIDN : 0315058802  
 Pangkat / Golongan : Hib  
 Jabatan Fungsional : Asisten Ahli

Dengan ini menyatakan bahwa proposal penelitian saya dengan judul: Pengaruh perilaku hygiene sanitasi ibu dan pemberian ASI Eksklusif dengan kejadian diare di wilayah kerja puskesmas Grogol petamburan yang dimulakan dalam skema Dosen Pemula untak tahun anggaran 2017/2018 bersifat original dan belum pernah dibiayai oleh lembaga / sumber dana lain.

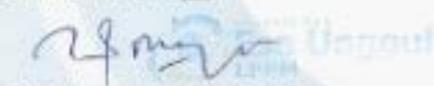
Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku dan mengembalikan seluruh biaya penelitian yang sudah diterima ke kas negara.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sesungguhnya dan dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 5 Juni 2017

Mengetahui,

Ketua Lembaga Penelitian,  
Universitas Esa Unggul



(DR. Hasyim, SE., MM., M. Ed)  
NIK : 207040164

Yang Menyatakan,



(Nayin Kamilia Fithri, SKM., MPH)  
NIK: 215010562

**Daftar Hadir Peserta Bina Desa  
Di Rawa Kucing Kecamatan Neglasari Tangerang Banten**

No.	NAMA	TTD
	Aminah	Aminah
	Misrani	Misrani
	Nurung	Nurung
	Nuriah	Nuriah
	Nurisa	Nurisa
	Ika	Ika
	Mari	Mari
	Maemunah	Maemunah
	Iin	Iin
	Salimah	Salimah
	Cici	Cici
	Husang Samli	Husang Samli
	Estang	Estang
	Ira	Ira
	Iyut	Iyut
	Anseh	Anseh
	Ici	Ici
	Yanti	Yanti
	Surgi	Surgi
	Maya	Maya
	Devi	Devi
	Anita	Anita
	Rita	Rita
	Riri	Riri
	Mastika	Mastika
	Dada	Dada
	Ari	Ari
	Lina	Lina
	Suci	Suci

