



## Pendampingan belajar dan penanaman pola hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar di Dusun Nusupan, Salaman, Magelang, Indonesia

Sukma Wijayanto✉, Adil Latal Khusna, Yayuk Indriastuti, Nur Ifany Choirun Nisa', Anisatul Khusniah, Refri Rais Sadewa  
Universitas Muhammadiyah Magelang, Indonesia

✉ [sukma.wijayanto@ummgl.ac.id](mailto:sukma.wijayanto@ummgl.ac.id)

🌐 <https://doi.org/10.31603/ce.4302>

### Abstrak

Guna meminimalisir penyebaran Covid-19, siswa harus belajar dari rumah. Namun demikian, belajar dari rumah secara daring sering kali tidak berjalan efektif. Di samping itu, adanya Covid-19 membutuhkan kesadaran pola hidup sehat. Kegiatan ini bertujuan untuk membantu proses belajar dari rumah dan menanamkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa sekolah dasar. Metode penyelesaian masalah dilakukan dengan kegiatan sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan kepada mitra. Kegiatan yang dilakukan seperti praktik cuci tangan, sosialisasi tentang Covid-19, pelatihan membuat *hand sanitizer*, *faceshield*, dan masker *tie dye*. Lebih lanjut, kegiatan ini mampu mengoptimalkan proses belajar dari rumah dan membentuk kesadaran baru akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat.

**Kata Kunci:** Pendampingan belajar; PHBS; Covid-19

## *Learning assistance and growing a clean and healthy lifestyle for elementary school students in Nusupan, Salaman, Magelang, Indonesia*

### Abstract

*In order to minimize the spread of Covid-19, students must learn from home. However, studying from home online is often ineffective. In addition, the existence of Covid-19 requires awareness of a healthy lifestyle. This activity aims to help the learning process from home and growing Clean and Healthy Behavior (PHBS) in elementary school students. Methods of problem solving were carried out by socialization, training, and assistance to partners. Activities carried out include hand washing practices, socialization about Covid-19, training in making hand sanitizers, face shields, and tie dye masks. Furthermore, this activity was able to optimize the learning process from home and form a new awareness of the importance of clean and healthy living habits.*

**Keywords:** *Learning assistance; PHBS; Covid-19*

## 1. Pendahuluan

Adanya pandemi Covid-19 mengakibatkan aktivitas pendidikan melakukan pembelajaran dari rumah untuk meminimalisir penyebaran virus. Sekitar 45 juta siswa di Indonesia tidak dapat melangsungkan pembelajaran secara tatap muka di sekolah

(Azzahra, 2020). Pembelajaran daring menjadi solusi untuk membelajarkan siswa. Permasalahan yang terjadi pada pembelajaran daring adalah ketidaksiapan dalam pelaksanaan. Tidak hanya terkait materi yang dibelajarkan, namun juga berkaitan dengan permasalahan seperti fasilitas, peran sekolah, guru, dan orang tua (Pajarianto, et al., 2020; Wijayanto, et al., 2020).

Belajar yang sebelumnya dilakukan secara tatap muka hanya oleh guru kemudian dibebankan orang tua di rumah. Hal tersebut berkaitan dengan kesiapan dari peran guru dan orang tua, untuk melangsungkan kegiatan belajar anak (Wijayanto, et al., 2020). Sedangkan orang tua tidak bisa memberikan bimbingan belajar secara penuh, karena sebagian dari mereka tidak berkompeten dalam bidang pendidikan sehingga pembelajaran yang didapat anak di rumah kurang optimal.

Pendampingan belajar perlu dilakukan dengan mengupayakan berbagai model dan metode pembelajaran yang variatif dan menyenangkan supaya siswa antusias dalam mengikuti pembelajaran. Melalui pendampingan belajar siswa juga dapat belajar dan bertanya mengenai kesulitan yang dihadapi.

Di samping permasalahan dalam kegiatan belajar di rumah, permasalahan lain adalah kurangnya pemahaman anak terhadap PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) sebagai upaya mencegah penularan virus Covid-19. PHBS merupakan solusi terbaik sebagai antisipasi dini penularan virus Covid-19 (Tabi'in, 2020). PHBS tercermin dari kesadaran akan perilaku hidup bersih dan sehat dalam keseharian (Karo, 2020).

Pada masa pandemi seperti sekarang ini, PHBS sangat penting, mengingat bahayanya virus Covid-19. Dalam hal ini, adanya permasalahan mengenai kesadaran hidup bersih dan sehat pada siswa diperlukan adanya upaya mensosialisasikan Covid-19 mulai dari gejala, penularan, hingga pencegahan Covid-19 pada siswa. Di samping itu, keteladanan dan pembiasaan mengenai bagaimana hidup yang sehat dan bersih juga dilakukan pada siswa sebagai upaya untuk menginternalisasikan PHBS pada anak-anak.

Kegiatan pendampingan dan penanaman PHBS dilakukan di Dusun Nusupan, Salaman, Magelang sebagai upaya mengatasi permasalahan di atas. Tujuan dari kegiatan ini adalah sebagai mengoptimalkan proses belajar anak di rumah. Di samping itu kegiatan ini juga dilakukan guna menginternalisasikan pola hidup sehat di masa pandemi Covid-19 ini.

## 2. Metode

---

Kegiatan ini dilakukan di Dusun Nusupan, Salaman, Magelang. Sasaran dari kegiatan pendampingan dan penanaman PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) adalah siswa sekolah dasar di Dusun Nusupan. Metode yang dilaksanakan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut:

### 2.1. Pendampingan Belajar

Kegiatan yang dilaksanakan meliputi bimbingan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, mengerjakan buku LKS, menjelaskan materi yang belum dipahami siswa. Kegiatan belajar yang dilaksanakan menggunakan metode ceramah dan variasi beberapa metode pembelajaran seperti kontekstual, tutor teman sebaya, dan belajar privat.

## 2.2. Sosialisasi, Pelatihan, dan Pendampingan Penanaman PHBS

Kegiatan sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan dilaksanakan dalam beberapa kegiatan, seperti 1) cara cuci tangan pakai sabun yang benar, 2) cara mencegah virus Covid-19, dan 3) membuat *face shield*, *hand sanitizer*, dan masker *tie dye*.

# 3. Hasil dan Pembahasan

---

## 3.1. Pendampingan belajar

Kegiatan ini dilakukan dengan mengajak 10-12 orang siswa di Dusun Nusupan RT 06 RW 02 yang dimulai sejak tanggal 30 Oktober 2020. Kegiatan ini telah mendapat izin dari pihak dusun maupun kelurahan setempat. Selain itu, pihak orang tua pun turut mendukung dengan pengadaan program pendampingan belajar yang telah dilaksanakan, sebagaimana ditunjukkan pada [Gambar 1](#). Kegiatan yang dilaksanakan meliputi bimbingan mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru, mengerjakan buku LKS, menjelaskan materi yang belum dipahami siswa. Kegiatan belajar yang dilaksanakan selain menggunakan metode ceramah juga menggunakan beberapa metode pembelajaran seperti kontekstual, tutor teman sebaya, dan belajar privat.



Gambar 1. Kegiatan pendampingan belajar

Melalui kegiatan pendampingan belajar yang telah dilaksanakan mampu memberikan manfaat dan meningkatkan pengetahuan untuk siswa sekolah dasar baik kelas rendah maupun kelas tinggi dalam proses belajar dari rumah selama pandemi Covid-19. Selain itu, adanya program pendampingan belajar ini siswa merasa senang belajar bersama walau dalam masa pandemi Covid-19 saat ini dan juga dapat sedikit mengobati rasa rindu siswa pada kegiatan belajar mengajar di sekolah.

## 3.2. Sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan cara cuci tangan pakai tangan yang benar

Sosialisasi dilakukan pada tanggal 31 Oktober 2020 pada siswa sekolah dasar yang dilaksanakan di sebuah tempat yang dulunya dijadikan tempat kuliner akan tetapi sudah tidak terpakai lagi, sebagaimana ditunjukkan pada [Gambar 2](#). Sosialisasi dan praktik cuci tangan pakai sabun dengan benar diikuti oleh 10 siswa sekolah dasar baik dari kelas rendah maupun kelas tinggi. Sosialisasi dilakukan dengan memberikan edukasi pentingnya cuci tangan pakai sabun dan 7 langkah cara cuci tangan pakai sabun sesuai dengan ketentuan WHO. Tahapan proses penyuluhan yang dilakukan adalah:

- a. Responden dalam kegiatan ini adalah siswa-siswi kelas rendah maupun kelas tinggi yang tinggal di RT 01 RW 06 Dusun Nusupan, Desa Salaman,

- b. Menyiapkan alat dan bahan seperti *handphone* untuk memutar video yang di *share* di grup *whatsapp* siswa, alat tulis, galon tempat cuci tangan, sabun, dan tisu.
- c. Untuk metode yang digunakan adalah penyuluhan dan demonstrasi dengan media video,
- d. Pemateri memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada siswa
- e. Pemberian pertanyaan *pre-test* sebelum dilakukan penyuluhan,
- f. Memberikan edukasi kepada siswa antara lain: pengertian CTPS, alat dan bahan yang dibutuhkan untuk CTPS, waktu yang dianjurkan untuk mencuci tangan, pentingnya cuci tangan pakai sabun dan penyakit yang disebabkan oleh perilaku tidak mencuci tangan dengan sabun,
- g. Kemudian penyuluhan dilanjutkan dengan pemutaran video cara 7 langkah cuci tangan pakai sabun sesuai dengan ketentuan WHO
- h. Siswa diberikan beberapa pertanyaan terkait materi yang diberikan
- i. Siswa satu persatu mempraktikkan cara cuci tangan pakai sabun (CTPS) yang benar menggunakan air mengalir dan sabun
- j. Setelah praktik cuci tangan tim PPMT memberikan pertanyaan *post-test* setelah dilakukan penyuluhan.



Gambar 2. Kegiatan praktik cuci tangan

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan berupa edukasi dan demonstrasi CTPS, diperoleh evaluasi hasil tes baik *pre-test* secara lisan maupun *post-test* secara lisan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan tersebut dapat meningkatkan pengetahuan akan pentingnya mencuci tangan menggunakan sabun. Pemateri berharap setelah adanya kegiatan ini siswa mampu menerapkan materi yang telah disampaikan dengan sebaik-baiknya dalam kehidupan sehari-hari dan membagikan pengetahuan ini kepada teman-teman dan keluarga sehingga terhindar dari penyakit.

### 3.3. Sosialisasi cara mencegah virus Covid-19

Sosialisasi pencegahan Covid-19 dilaksanakan pada hari Kamis, 6 November 2020 di Dusun Nusupan, Desa Salaman yang diikuti oleh siswa siswi sekolah dasar dengan jumlah terbatas untuk menghindari kerumunan. Adanya sosialisasi tersebut diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan kepada siswa siswi sekolah dasar. Materi yang diberikan dalam kegiatan sosialisasi kepada siswa siswi di Dusun Nusupan ini antara lain pengertian tentang virus Covid-19, gejala, dan cara pencegahannya.

### 3.4. Sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan membuat *faceshield*

Sosialisasi diadakan pada tanggal 9 November 2020, diikuti oleh siswa siswi sekolah dasar baik dari kelas tinggi maupun rendah yang berjumlah 10 anak, sebagaimana

ditunjukkan pada **Gambar 3**. Materi sosialisasi adalah mengenai apa itu *faceshield*, manfaat, cara membuat, dan cara memakai *faceshield*.



**Gambar 3.** Siswa memakai *faceshield* hasil karyanya

Setelah sosialisasi diadakan pelatihan membuat *faceshield* sederhana. Tim PPMT memberikan contoh terlebih dahulu mengenai cara pembuatannya. Kemudian siswa didampingi oleh tim PPMT untuk membuat sendiri. Setelah selesai siswa diberi contoh cara memakai *faceshield* yang benar. Hasil dari kegiatan ini siswa lebih bersemangat dalam menjaga kesehatan di masa pandemi dengan menggunakan *faceshield* hasil karya siswa sendiri.

### **3.5. Sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan membuat *hand sanitizer***

Sosialisasi diadakan pada tanggal 13 November 2020, diikuti oleh siswa siswi sekolah dasar baik dari kelas tinggi maupun rendah yang berjumlah 10 anak. Materi sosialisasi adalah mengenai apa itu *hand sanitizer*, manfaat, cara membuat, dan cara pemakaiannya. Program ini juga dapat menggerakkan dan memotivasi anak-anak maupun masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan tubuh di saat kondisi pandemi seperti saat ini hingga seterusnya.

Setelah diberikan sosialisasi, siswa praktik dalam membuat *hand sanitizer* dengan didampingi oleh tim PPMT. Untuk pembuatan *hand sanitizer*, adapun alat dan bahan yang dibutuhkan dalam proses pembuatannya. Seperti botol untuk tempat *hand sanitizer*, *Aloevera gel*, rebusan daun sirih, dan jeruk nipis. Cara pembuatannya pun sangat mudah, yaitu dengan mencampurkan bahan-bahan di atas sesuai dengan takaran.

Setelah membuat *hand sanitizer* siswa mempraktikkan cara penggunaannya yang benar berdasarkan materi sosialisasi yang sudah diberikan sebelumnya. Siswa tampak semangat dalam memakai *hand sanitizer*. Dengan begitu dapat mencegah siswa dari berbagai macam penyakit.

### **3.6. Sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan membuat masker *tie dye***

Sosialisasi diadakan pada tanggal 21 November 2020, diikuti oleh siswa siswi sekolah dasar baik dari kelas tinggi maupun rendah yang berjumlah 10 anak. Materi sosialisasi adalah mengenai apa itu masker, manfaat masker, cara membuat, dan cara memakai masker yang benar. Program ini juga dapat menggerakkan dan memotivasi anak-anak maupun masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan tubuh di saat kondisi pandemi seperti saat ini hingga seterusnya.

Setelah sosialisasi diadakan pelatihan membuat masker *tie dye* sederhana. Kemudian siswa didampingi oleh tim pengabdian untuk membuat masker *tie dye* sendiri. Setelah

masker *tie dye* selesai dibuat siswa diberi contoh cara memakai masker yang benar. Hasil dari kegiatan ini siswa lebih bersemangat dalam menjaga kesehatan di masa pandemi dengan menggunakan masker hasil karya siswa sendiri.

## 4. Kesimpulan

Observasi awal di Dusun Nusupan, Salaman, Magelang terdapat beberapa masalah, sehingga memerlukan pendampingan. Keterbatasan itu antara lain: 1) kesulitan belajar akibat pandemi Covid-19 karena siswa harus belajar secara mandiri, dan 2) kesadaran hidup bersih dan sehat siswa masih rendah. Program pendampingan belajar dan penanaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan dengan berbagai metode sosialisasi, pelatihan, dan pendampingan. Beberapa kendala yang terjadi saat awal kegiatan terkait dengan motivasi siswa yang masih rendah. Akan tetapi setelah siswa mempraktikkan baik cara cuci tangan maupun kegiatan pelatihan membuat *face shield*, *hand sanitizer*, dan masker *tie dye* motivasi siswa meningkat yang berdampak pada meningkatnya semangat siswa.

## Daftar Pustaka

- Azzahra, N. F. (2020). Mengkaji Hambatan Pembelajaran Jarak Jauh di Indonesia di Masa Pandemi Covid-19. *Cips*, 19(2), 1-9.
- Karo, M. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Strategi Pencegahan Virus Covid-19. *Jurnal Program Studi Kebidanan STIKes Medistra*.
- Pajarianto, H., Kadir, A., Galugu, N., Sari, P., & Februanti, S. (2020). *Study from Home in the Middle of the COVID-19 Pandemic : Analysis of Religiosity , Teacher , and Parents Support Against Academic Stress*. 12(2), 1791-1807.
- Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(PHBS) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620>
- Wijayanto, S., Handani, D. F., Wardana, A. E., & Hajron, K. H. (2020). Aktivitas di Sekolah Diliburkan saat Pandemi Covid-19: Bagaimana Pembelajaran yang Dilakukan? *Jurnal Bidang Pendidikan Dasar*. <https://doi.org/10.21067/jbpd.v4i2.4461>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution Non-Commercial 4.0 International License