

Sosialisasi Anti *Bullying* serta Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa SDN Gambirono 03 Kabupaten Jember

Nostalgianti Citra Prystiananta¹⁾ Muhammad Ali Ma'shum²⁾

¹⁾Universitas PGRI Argopuro Jember,

²⁾UIN KHAS Jember,

prystiananta@gmail.com

ABSTRAK: Kegiatan sosialisasi anti *bullying* dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SD Gambirono 03 memiliki tujuan untuk menciptakan kepekaan dan pemahaman siswa terhadap perlunya menjaga perilaku positif dan kebersihan diri dalam lingkungan sekolah. Metode pelaksanaan pada sosialisasi ini yaitu observasi dan penyuluhan. Melalui pendekatan interaktif dan partisipatif, siswa mendapatkan pengetahuan mengenai dampak buruk dari *bullying* serta pentingnya mewujudkan lingkungan aman bagi semua siswa. Selain itu, kegiatan ini juga menekankan pentingnya penerapan PHBS sebagai langkah preventif dalam menjaga kesehatan fisik dan mental anak-anak. Hasil dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan dan pemahaman siswa mengenai dampak *bullying* serta meningkatkan kesadaran dalam menjaga kebersihan diri. Program ini diharapkan dapat berkontribusi dalam menciptakan lingkungan sekolah yang lebih sehat dan harmonis.

Kata kunci : *Bullying*, PHBS, Sekolah Dasar

ABSTRACT: *The anti-bullying and clean and healthy living behavior (PHBS) socialization activities at Gambirono 03 Elementary School aim to raise students' consciousness and comprehension of the value of upholding appropriate conduct and personal cleanliness in the classroom. The method of implementation in this socialization is observation and counseling. Through an interactive and participatory approach, students gained knowledge about the adverse effects of bullying and the importance of creating a safe environment for all students. This activity also highlights how crucial it is to use PHBS as a preventive step to preserve kids' physical and mental health. The activity's outcomes demonstrated a rise in comprehension the impact of bullying and increased awareness in maintaining personal hygiene. This program is expected to contribute to creating a healthier and more harmonious school environment.*

Keywords: *Bullying, PHBS, Elementary School*

PENDAHULUAN

Aspek penting dalam kehidupan salah satunya adalah pendidikan. Terdapat dua tujuan dari pendidikan yaitu membantu orang menjadi lebih bertanggung jawab dan membuat orang menjadi lebih baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa mendorong orang menjadi lebih pintar lebih mudah daripada membuat seorang menjadi pintar. Oleh karena itu, dilema moral menjadi masalah yang akan muncul setiap waktu. Perilaku menyimpang dari etika, moral, dan hukum dalam berbagai tingkatan, semakin bermunculan. Salah satu contoh kekerasan yang sering kita lihat di zaman sekarang adalah *bullying*. Perilaku buruk ini berkaitan dengan buruknya karakter institusi pendidikan serta dampak dari faktor-faktor yang tidak menguntungkan.

Salah satu jenis kekerasan terhadap anak yang sering terjadi ketika seseorang mengambil keuntungan dari orang lain yang lebih lemah dari mereka disebut dengan *bullying*. Bentuk dari kekerasan ini termasuk contohnya membuat tuntutan untuk uang atau perhatian. Budaya *bullying* masih sering terjadi di sekolah, baik berupa kekerasan maupun senioritas. Perundungan biasanya direncanakan dari awal oleh pelaku dan dapat terjadi secara terus-menerus (Yuyarti, 2018). *Bullying* juga bisa dilakukan walaupun tidak bertemu langsung dengan sasaran. Tindakan *bullying* dapat dilakukan secara *online* yang biasa disebut dengan *cyber bullying*. Perilaku ini dilakukan dengan cara menyebar rumor palsu atau tidak benar, mengirim pesan hinaan, mengancam serta membagikan foto dan video tanpa izin dengan tujuan untuk memermalukan lawan.

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah suatu kebiasaan berperilaku sehat dengan adanya kesadaran dari diri sendiri. Perilaku ini dapat melindungi diri dari berbagai penyakit serta dapat menjaga lingkungan menjadi tetap bersih dan sehat (Muhani et al., 2022). Pelaksanaan PHBS yang ada di sekolah harus diterapkan untuk mengajarkan siswa-siswi agar menjaga kebersihan dan lingkungan. Dalam menerapkan PHBS di sekolah, terdapat beberapa hal yang dapat dilakukan seperti tidak membuang sampah sembarangan, mengonsumsi makanan sehat, cuci tangan menggunakan sabun dan air yang mengalir, olahraga secara teratur, tidak merokok, dan memusnahkan jentik-jentik di genangan air maupun di bak kamar mandi.

Perilaku hidup bersih dan sehat berfungsi sebagai tindakan dalam mencegah penyakit atau masalah kesehatan lainnya (Julianti et al., 2018). Perilaku hidup bersih dan sehat harus diterapkan pada setiap individu dan keluarga sejak bangun tidur hingga tertidur kembali. Pembelajaran tentang PHBS di sekolah dapat menyadarkan siswa untuk turut serta dalam menciptakan sekolah sehat. PHBS juga bertujuan untuk membiasakan anak-anak dalam membentuk pola perilaku hidup sehat dan tetap mematuhi protokol kesehatan agar anak dapat terhindar dari penyakit (Oktapia & Herawati, 2023). Akan tetapi, anak-anak yang tidak menerapkan PHBS dapat mudah terserang penyakit.

Kebiasaan menerapkan PHBS dapat berdampak pada kesehatan anak. Penerapan PHBS pada anak dapat meningkatkan kesehatan anak. Menurut Santoso dan Ranti (2009) dalam buku "Kesehatan dan Gizi", anak dapat dikatakan sehat apabila mengalami tumbuh kembang. Anak tersebut dapat berkembang dengan baik, memiliki jiwa yang tumbuh secara proporsional sesuai dengan tingkat usia, ceria, energik, makan secara teratur, dan cukup mudah beradaptasi dengan lingkungannya. Anak-anak yang sehat biasanya mampu belajar secara efektif.

Berdasarkan uraian di atas, perlu dilakukan sosialisasi anti *bullying* serta perilaku hidup bersih dan sehat bagi siswa-siswi di SDN Gambirono 03. Tujuan pengabdian ini yaitu mencegah terjadinya perundungan atau *bullying* antar siswa yang duduk di bangku sekolah dasar. Pengabdian ini juga bertujuan untuk membuat anak-anak terbiasa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat dilakukan di lingkungan rumah maupun sekolah.

PERMASALAHAN

Siswa seringkali menghadapi beberapa permasalahan. Berikut merupakan permasalahan umum yang berkaitan dengan *bullying* dan PHBS di sekolah.

1. Kurangnya pemahaman tentang *bullying*
2. Kenakalan remaja yang dianggap keren

3. Faktor internal seperti *broken home* dan kekerasan dalam rumah tangga
4. Kepedulian anak dalam memilih makanan yang sehat dan bersih
5. Kesadaran anak dalam menjaga kebersihan

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan selama kegiatan sosialisasi anti *bullying* serta perilaku hidup bersih dan sehat di SDN Gambirono 03 yaitu observasi dan penyuluhan. Menurut Hardani dalam Ariyanti et al., (2022), observasi merupakan metode dalam mengumpulkan data dengan mengamati kegiatan yang tengah berlangsung. Metode ini digunakan pada saat tahap persiapan sebelum kegiatan sosialisasi anti *bullying* dan PHBS berlangsung. Pada tahap pelaksanaan, metode yang digunakan adalah penyuluhan. Penyuluhan disampaikan kepada siswa melalui pemaparan materi anti *bullying* dan PHBS dengan menggunakan media *power point*.

PELAKSANAAN

Kegiatan sosialisasi anti *bullying* dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) diadakan di SDN Gambirono 03. Kegiatan ini dilakukan pada hari Kamis tanggal 15 Agustus 2024 pukul 08.00 WIB. Sosialisasi ini melibatkan siswa - siswi kelas 5 dan 6 SDN Gambirono 03. Sebelum melaksanakan kegiatan sosialisasi, mahasiswa KKN Kolaboratif kelompok 147 telah berkonsultasi dengan kepala sekolah dan dosen pendamping lapangan terkait kegiatan ini. Mahasiswa mengamati kegiatan pada setiap siswa kelas 5 dan 6. Pendekatan agama yang diberikan oleh pihak pendidik SDN Gambirono 03 telah cukup baik yang dibuktikan dengan adanya pembacaan doa dan asmaul husna. Selain itu, pada sekolah ini juga diadakan senam pagi setiap hari Selasa dan Kamis untuk meningkatkan kebugaran siswa.

Sebelum pemaparan materi, mahasiswa KKN Kolaboratif kelompok 147 membuka kegiatan dengan *ice breaking*. *Ice breaking* merupakan aktivitas yang dilakukan sebelum pembelajaran dimulai untuk mencairkan suasana kelas. Selain itu, *ice breaking* juga dapat membangun rasa semangat siswa untuk menyimak materi. Pemberian *ice breaking* berupa menyanyi bersama dan permainan tepuk tangan untuk membangkitkan semangat siswa.



Gambar 1. Penyampaian Materi Anti *Bullying* dan PHBS

Materi penyuluhan anti *bullying* dan PHBS disampaikan oleh mahasiswa KKN Kolaboratif kelompok 147 kepada siswa kelas 5 dan 6. Sosialisasi penyuluhan anti *bullying* dan PHBS disampaikan secara bergantian dengan menggunakan bahasa yang informatif dan mudah dimengerti oleh siswa sekolah dasar. Hal-hal yang disampaikan berupa definisi *bullying*, alasan pelaku *bullying*, jenis *bullying*, akibat dari *bullying*, pencegahan *bullying*, definisi PHBS, manfaat PHBS, contoh PHBS di sekolah dan juga cara yang benar dalam mencuci tangan. Materi anti *bullying* dan PHBS didapatkan melalui media internet dan disesuaikan dengan pemahaman siswa-siswi SDN Gambirono 03, sehingga siswa memiliki pengetahuan dan pemahaman dalam pencegahan anti *bullying* dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).



Gambar 2. Dokumentasi Sebagian Siswa Kelas 5 dan 6

Kegiatan sosialisasi ditutup dengan tanya jawab kepada siswa kelas 5 dan 6. Mahasiswa memberikan pertanyaan mengenai materi yang telah dipaparkan kepada siswa. Apabila jawaban tersebut benar, maka siswa akan diberi penghargaan berupa hadiah. Dalam kegiatan ini para siswa SDN Gambirono 03 telah cukup paham dengan adanya pencegahan *bullying* dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Diharapkan siswa-siswi SDN Gambirono 03 dapat terhindar dari tindakan *bullying* serta menerapkan PHBS sesuai dengan yang mereka dapatkan dari kegiatan sosialisasi.

HASIL DAN LUARAN

Tujuan dari program kerja sosialisasi anti *bullying* dan PHBS adalah untuk mengajarkan siswa kelas 5 dan 6 SDN Gambirono 03 tentang dampak negatif dari *bullying* dan jenis-jenis perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan sosialisasi dapat berjalan sesuai dengan hasil yang diinginkan. Para siswa sangat antusias dengan materi yang telah diberikan. Siswa kelas 5 dan 6 juga aktif menjawab pertanyaan dari narasumber dan bersemangat saat diberikan permainan dan tantangan yang membahas tentang dua materi tersebut. Hal ini mungkin membantu dan menambah pengetahuan yang lebih baik tentang *bullying* dan perilaku hidup bersih dan sehat.

Berikut beberapa manfaat dari kegiatan sosialisasi untuk siswa dan mahasiswa KKN.

1. Bagi siswa

Siswa akan mendapatkan informasi tambahan yang berkaitan dengan tindakan *bullying* serta PHBS. Selain itu, siswa dapat mengetahui dampak negatif dari *bullying* dan dampak yang dirasakan jika tidak menerapkan PHBS sehingga diharapkan siswa dapat mencegah perbuatan *bullying* dan menerapkan bentuk-bentuk PHBS.

2. Bagi mahasiswa KKN Kolaboratif kelompok 147

Mahasiswa KKN kolaboratif kelompok 147 dapat menerapkan ilmu pengetahuan sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat. Selain itu, mahasiswa juga dapat memberi kesadaran terhadap siswa mengenai *bullying* dan PHBS.

KESIMPULAN

Sosialisasi tentang anti *bullying* telah meningkatkan pemahaman siswa SDN Gambirono 03 mengenai pentingnya saling menghormati antar sesama dan dampak negatif dari *bullying*. Namun, masih diperlukan lebih banyak pendampingan untuk mengajarkan anak-anak agar dapat mengidentifikasi dan melaporkan tindakan *bullying* dengan lebih efektif. Anak-anak dapat mulai melakukan kebiasaan hidup bersih dan sehat seperti rajin cuci tangan dan selalu menjaga kebersihan diri sendiri. Anak-anak masih membutuhkan dorongan tambahan untuk mengikuti praktik PHBS secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariyanti, N., Marleni, & Prasrihamni, M. 2022. Analisis Faktor Penghambat Membaca Permulaan pada Siswa Kelas I di SD Negeri 10 Palembang. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(4), 1450–1455.
- Julianti, R., Nasirun, H. M., & Wembrayarli. 2018. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(1), 11–17. www.dinkes.go.id
- Muhani, N., Febriani, C. A., Yanti, D. E., Rahmah, A., Rafika, E., Sari, F. A., Yusuf, G. G., Rudi, R. O., & Pratiwi, Y. A. 2022. Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*, 4(1), 27–38.
- Oktapia, S., & Herawati, J. 2023. Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(3), 11553–11559. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Santoso, S., & Ranti, A. L. 2009. Kesehatan dan Gizi.
- Yuyarti. 2018. Mengatasi Bullying Melalui Pendidikan Karakter. *Jurnal Kreatif*, 9(1), 52–57.

