

## PENDEMONSTRASI POLA HIDUP SEHAT DALAM Mendukung SUMBER DAYA MANUSIA DI DESA TUMBANG MIWAN

Joni Rusmanto, Anesa Megawati Purada Siringo-Ringo, Ahmad Nurahim, Ahmad Rahmadani, Christianto Hadinata, Erla, Joan Festus Filipus Bahan, Maria Febrina Laurencia Br. Ginting, Mega Indrawati, Melyany Sagita Dewi, Ragil Abri Yandi, Rani, Silfia Rosa Br. Ginting, Shafa Alya Nabilah Putri, Vivendi Lordwiek, Winda Monica



### PELAKSANAAN KEGIATAN

#### Tahap Observasi

Survei awal dilakukan untuk melakukan kajian tentang pola hidup sehat siswa di Sdn Tumbang Miwan dan masyarakat. Hasil observasi Tingkat pemahaman siswi tentang pola hidup sehat dan bersih masih kurang dan tingkat pemahaman masyarakat tentang stunting masih rendah

#### Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan di awali dengan memberikan penyuluhan kepada siswa tentang cara mencuci tangan, bahaya merokok dan narkoba. Penyuluhan dilakukan dengan memberikan materi, menampilkan video dan mempraktekkan cara mencuci tangan yang benar.

#### Evaluasi

Pada akhir kegiatan dilakukan evaluasi yang bertujuan untuk mengetahui pemahaman siswa tentang cara mencuci tangan yang baik dan benar. Pada tahap ini siswa mencuci tangan berdasarkan pengetahuan yang telah di dapatkan dari tahap penyuluhan PHBS dan Stunting. Partisipasi masyarakat dalam mengikuti kegiatan posyandu

Proses pelaksanaan sosialisasi ditujukan kepada siswa kelas enam Sekolah Dasar (SD) yang dimana pada usia mereka segitu sedang memasuki masa peralihan ke usia remaja sehingga harus adanya sosialisasi mengenai PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan mengenai bahayanya NAPZA. Sosialisasi dilakukan dengan materi yang telah disusun dan kemudian dibuat dalam bentuk power point dan video interaktif untuk mempermudah proses pembelajaran kepada siswa SD dan kemudian dilakukan praktek secara langsung. Sosialisasi dilakukan dengan materi yang telah didapat dari kementerian kesehatan yang kemudian disosialisasikan kepada ibu hamil, yang dimana pemberian materi dilakukan agar ibu hamil dapat menambah wawasan mengenai pentingnya menjaga kesehatan janin.

Pelaksanaan kegiatan sosialisasi tentang PHBS ini dilaksanakan untuk membantu masyarakat agar lebih menerapkan pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Dalam pelaksanaan sosialisasi stunting, banyak masyarakat yang belum mengetahui bagaimana cara menanggulangi stunting. Setelah sosialisasi diadakan, pengetahuan masyarakat terhadap penanggulangan stunting ini membuat masyarakat sedikit paham bagaimana cara mencegah dan menanggulangi terjadinya stunting

Pelaksanaan pengabdian ini dilaksanakan melalui pendekatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) Universitas Palangka Raya, di Desa Tumbang Miwan, Kecamatan Kurun, Kabupaten Gunung Mas. Selama pelaksanaan program disesuaikan dengan jadwal yang telah disusun sebelumnya. Maka pelaksanaannya meliputi:

- Sosialisasi langsung mengenai PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan mengenai bahayanya NAPZA singkatan dari Narkotika, Alkohol, Psikotropika, dan Zat Adiktif. Pelaksanaan sosialisasi dilakukan pada tanggal 19 agustus 2022 di SD Desa Tumbang Miwan. Proses pelaksanaan sosialisasi ditujukan kepada siswa kelas enam Sekolah Dasar (SD) yang dimana pada usia mereka segitu sedang memasuki masa peralihan ke usia remaja sehingga harus adanya sosialisasi mengenai PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) dan mengenai bahayanya NAPZA. Sosialisasi dilakukan dengan materi yang telah disusun dan kemudian dibuat dalam bentuk power point dan video interaktif untuk mempermudah proses pembelajaran kepada siswa SD dan kemudian dilakukan praktek secara langsung.
- Sosialisasi langsung mengenai STUNTING. Pelaksanaan sosialisasi dilakukan pada tanggal 20 agustus 2022 di Posyandu Desa Tumbang Miwan. Proses pelaksanaan sosialisasi ditujukan kepada ibu-ibu hamil yang dimana bertujuan untuk peningkatan kesadaran mengenai STUNTING sehingga diharapkan dapat menambah pengetahuan dan kesadaran ibu hamil terhadap bahayanya stunting. Sosialisasi dilakukan dengan materi yang telah didapat dari kementerian kesehatan yang kemudian disosialisasikan kepada ibu hamil, yang dimana pemberian materi dilakukan agar ibu hamil dapat menambah wawasan mengenai pentingnya menjaga kesehatan janin. Materi yang diberikan berisikan tentang pengenalan STUNTING, bahaya STUNTING, hingga pencegahannya

