

**LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT  
PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)  
CUCI TANGAN YANG BENAR DENGAN AIR BERSIH**



Oleh :

**KETUA PELAKSANA**

**Hj. Saidah Hasbiyah., S.Sos.,M.AP NUPTK. 9260748649230093**

**ANGGOTA**

<b>Aprilia Almira Shofa</b>	<b>NPM. 212308017</b>
<b>Melly Diva Fuziah</b>	<b>NPM. 212308231</b>
<b>Radhiatul Inayati</b>	<b>NPM. 212308146</b>
<b>Rusadi</b>	<b>NPM. 212308206</b>
<b>Siti Rahmah</b>	<b>NPM. 212308160</b>

**PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PUBLIK  
SEKOLAH TINGGI ILMU ADMINISTRSI AMUNTAI**

**2025**

**HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN AKHIR PENGADIAN  
KEPADA MASYARAKAT**

1. Judul : **Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan yang Benar dengan Air Bersih**
  
2. Ketua Pelaksana
  - a. Nama : **Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP**
  - b. NIDK : **8890530017**
  - c. Program Studi : **Administrasi Publik**
  - d. No. HP : **0812-9874-9545**
  - e. Email : **[saidahasbiyah@gmail.com](mailto:saidahasbiyah@gmail.com)**
  
3. Anggota Tim PKM
  - a. Jumlah Anggota PKM : **5 Orang Mahasiswa/i**
  - b. Nama Anggota 1 : **Aprilia Almira Shofa**
  - c. Nama Anggota 2 : **Melly Diva Fauziah**
  - d. Nama Anggota 3 : **Rusadi**
  - e. Nama Anggota 4 : **Radhiatul Inayati**
  - f. Nama Anggota 5 : **Siti Rahmah**
  
4. Waktu Kegiatan : **Selasa, 24 Desember 2024**
  
5. Lokasi Kegiatan : **TPQ Nurul Qur'an**
  - a. Alamat : **Jl. Danau Terati**
  - b. Desa : **Tangga Ulin Hulu**
  - c. Kecamatan : **Amuntai Tengah**
  - d. Kabupaten : **Hulu Sungai Utara**
  
6. Sumber Dana Kegiatan : **PPPM STIA Amuntai**
  
7. Besaran Biaya : **Rp. 500.000.00,-**

Amuntai, 02 Januari 2025

Menyetujui,  
Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian  
Masyarakat



**Gusti Muhammad/Hidayatullah, S.Sos., M.AP**  
NIK. 19860810 201110 1 009

Ketua Pelaksana

**Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP**  
NUPTK. 9260748649230093

Mengetahui,  
Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Amuntai



**Dr. Reno A. Irian, S.Sos., M.AP., CIQaR., CIQnR**  
NIK. 19891025 201807 1 030

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT. atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Pengabdian Masyarakat ini dengan judul “Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan yang Benar di Air Bersih” bertempat di Taman Pendidikan Al Qur’an (TPQ) Nurul Qur’an Desa Tangga Ulin Hulu Kecamatan Amuntai Tengah Kabupaten Hulu Sungai Utara.

Tujuan pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini adalah untuk memenuhi persyaratan dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi di Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) Amuntai. Sehubungan dengan itu, penulis pada kesempatan ini menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala bimbingan, arahan, masukan, dan bantuan lainnya kepada :

1. Bapak Dr. Irza Setiawan, S.Sos., M.AP., CIQnR, Ketua Yayasan Bakti Muslimin;
2. Bapak Dr. Reno Affrian, S.Sos., M.AP., CIQaR., CIQnR, Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) Amuntai;
3. Bapak Gusti Muhammad Hidayatullah, S.Sos., M.AP : Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat;
4. Ibu Hj. Saidah Hasbiyah., S.Sos.,M.AP, Dosen Pembimbing lapangan PKL Desa Tangga Ulin Hulu
5. Para anak didik (santri) TPQ Nurul Qu’an serta pengurus yang bersedia menghadiri serta mengikuti kegiatan ini;
6. Semua pihak yang turut berpartisipasi dalam penyusunan Pengabdian Masyarakat ini hingga selesai.

Penulis menerima segala masukan dan kritik dari semua pihak untuk kemajuan pengabdian masyarakat ini.

Amuntai, Januari 2025

PKL Desa Tangga Ulin Hulu

## DAFTAR ISI

<b>LAPORAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi dan Perumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Kegiatan .....	2
<b>BAB II SOLUSI DAN TARGET LUARAN</b>	
A. Solusi.....	4
B. Target Luaran .....	4
<b>BAB III METODE PELAKSANAAN</b>	
A. Judul Kegiatan.....	5
B. Waktu dan Tempat .....	5
C. Metode Pelaksanaan .....	5
D. Peserta Kegiatan.....	5
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil.....	6
B. Pembahasan .....	7
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	9
B. Saran.....	9
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>10</b>
<b>LAMPIRAN</b>	
Biodata Ketua Pelaksana	
Rincian Biaya Pengabdian Masyarakat	
Dokumentasi Kegiatan	

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh individu, keluarga, dan masyarakat atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, menjadikan mereka mampu menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif mewujudkan kesehatan masyarakat. Penerapan PHBS sangat penting dalam menciptakan lingkungan yang sehat dan mencegah berbagai penyakit, terutama dalam hal kebersihan tentang pentingnya mencuci tangan dengan benar.

PHBS merupakan suatu hal yang bermanfaat untuk mencegah, serta melindungi diri dari berbagai ancaman penyakit yang ada serta turut memanfaatkan pelayanan kesehatan yang bermutu efektif dan efisien. Dampak dari ketidaksadaran dalam pelaksanaan PHBS dilingkungan sosial masyarakat dan lingkungan rumah diantaranya yaitu meningkatnya risiko penyebaran penyakit, seperti diare, infeksi saluran pernapasan, atau penyakit kulit, akibat kurangnya kebersihan lingkungan dan perilaku sehat. Hal ini dapat mengganggu pertumbuhan fisik dan perkembangan mental anak. Selain itu, ketidaksadaran terhadap PHBS juga dapat memengaruhi kebiasaan anak dalam jangka panjang. Anak-anak yang tumbuh di lingkungan tanpa kesadaran akan hidup sehat cenderung meniru perilaku tersebut, sehingga sulit untuk membangun pola hidup sehat di kemudian hari.

Selain pada bangku sekolah, lingkungan sekitar juga turut andil dan berperan penting terhadap kesadaran PHBS ini, apalagi anak-anak yang masih belia berumur sekitaran 5 tahun ke atas sangat penting diajarkan tentang bagaimana pentingnya hidup yang sehat. Di masa-masa itu, anak-anak sedang hobi melakukan berbagai aktivitas, sehingga terkadang mereka tidak memperhatikan kebersihan diri dan juga sekitarnya, maka dari itu menanamkan dan memberikan pembelajaran tentang PHBS

sangat diperlukan, apalagi tentang masalah kesadaran cuci tangan yang benar dan bersih sebagaimana mestinya.

Berdasarkan uraian di atas pengabdian melakukan pengabdian masyarakat di TPQ Nurul Qur'an untuk mengajak anak-anak di sana belajar hidup bersih dan sehat.

## **B. Identifikasi dan Perumusan Masalah**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tentang cuci tangan yang benar di air yang bersih memiliki peran mendasar dan menjadi peran penting dalam menjaga kesehatan dan kebersihan, dengan mencuci tangan secara benar dan teratur serta dijadikan hal mendasar, maka dapat mencegah anak-anak tertular penyebaran penyakit menular seperti flu, diare, dan infeksi saluran pernapasan.

Interaksi antara anak-anak serta kontak dengan berbagai permukaan saat mereka melakukan aktivitas di luar dapat meningkatkan risiko penularan kuman dan virus itu sendiri. Fakta yang sekarang masih ditemukan lapangan sendiri, menunjukkan bahwa banyak lingkungan sosial yang belum sepenuhnya menerapkan dan sadar akan pentingnya PHBS.

Masalah kebersihan, seperti kurangnya fasilitas cuci tangan yang memadai di lingkungan umum tempat tinggal atau tempat umum yang biasanya di pakai untuk melakukan suatu aktivitas pembelajaran oleh anak-anak. Masih rendahnya kesadaran anak-anak akan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, dan ini menjadi tantangan yang perlu lebih diperhatikan dan diatasi untuk mencapai tujuan kebersihan di dalam hidup, karena kesehatan turut berperan penting disegala situasi dan pastinya hal ini dapat mempengaruhi kenyamanan dalam segala situasi.

Dari identifikasi masalah tersebut diperlukan penyuluhan atau pembelajaran tentang PHBS masalah mencuci tangan dengan baik dan benar di air yang bersih agar terhindar dari penyakit.

### **C. Tujuan Kegiatan**

Kegiatan pendidikan kesehatan ini merupakan salah satu upaya untuk merealisasikan program pengabdian masyarakat dari Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Amuntai. Berdasarkan rumusan permasalahan, maka tujuan penyuluhan ini adalah:

1. Meningkatkan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sosial pada anak-anak.
2. Meningkatkan kesadaran anak-anak untuk bisa menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sosial.

## **BAB II**

### **SOLUSI DAN TARGET LUARAN**

#### **A. Solusi**

Seluruh pihak baik dari lingkungan sosial, rumah, ataupun sekolah harus lebih memerhatikan dan turut andil terkait kebersihan dan juga kenyamanan di berbagai kondisi lingkungan sosial, baik di dalam rumah, taman bermain umum, atau tempat umum yang sering di gunakan anak-anak, dengan menerapkan dan mengajarkan cara memerhatikan perilaku hidup bersih dan sehat.

Dimulai dari cuci tangan sebelum atau sesudah melakukan aktivitas, memerhatikan kegiatan sehari-hari anak, seperti kebersihan pakaian, kebersihan kuku, pola makan, kebersihan lingkungan baik di rumah atau lingkungan luar agar makna dari PHBS sendiri dapat dijalankan dengan sebaik-baiknya. Dengan pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat tentu saja dapat mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode *golden age* (Yesi Novitasari, 2018).

#### **B. Target Luaran**

Untuk target luaran disini, harapan dari kegiatan dari penyuluhan atau pembelajaran ini yaitu dapat meningkatkan kesadaran anak-anak atau lingkungan sekitarnya tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dari hal-hal mendasar baik di rumah atau di lingkungan TPQ Nurul Qur'an, dan laporan ini dapat digunakan dengan sebaik-baiknya.

## **BAB III**

### **METODE PELAKSANAAN**

#### **A. Judul Kegiatan**

Kegiatan ini berjudul “Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan yang Benar di Air yang Bersih.”

#### **B. Waktu dan Tempat**

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam hal sosialisasi dilaksanakan pada hari Selasa, 24 Desember 2024 bertempat di TPQ Nurul Qur’an, Jl. Danau Terati RT.01 Desa Tangga Ulin Hulu Kecamatan Amuntai Tengah Kabupaten Hulu Sungai Utara.

#### **C. Metode Pelaksanaan**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian menggunakan metode survey lokasi, diskusi keseluruhan acara, dan penyampaian materi serta praktek cuci tangan. Mahasiswa/i PKL Desa Tangga Ulin Hulu melakukan *survey* lokasi terlebih dahulu, kemudian diskusi tentang keseluruhan acara, lalu penyampaian materi oleh pemateri dan praktek cuci tangan didampingi anggota tim PKL Desa Tangga Ulin Hulu yang bertugas.

#### **D. Peserta Kegiatan**

Peserta kegiatan merupakan pihak pengelola TPQ dan anak-anak (santri) TPQ Nurul Qur’an.

## **BAB IV**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

Pengabdian kepada masyarakat melalui sosialisasi yang membahas tentang **“Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan yang Benar di Air yang Bersih”** di Desa Tangga Ulin Hulu Jl. Danau Terati RT. 01 Kecamatan Amuntai Tengah Kabupaten Hulu Sungai Utara, pada tanggal 24 Desember 2024 dapat terlaksana dengan baik.

Adapun tahapan pengabdian yang telah terlaksana adalah sebagai berikut :

1. Persiapan Pengabdian Masyarakat
  - a. *Survey* lokasi pengabdian melalui kunjungan ke TPQ Nurul Qur'an.
  - b. Permohonan izin secara tertulis dan tidak tertulis kepada pengurus TPQ Nurul Qur'an.
  - c. Persiapan materi, alat, dan konsumsi yang akan diberikan pada saat pengabdian di laksanakan.
  - d. Persiapan di TPQ Nurul Qur'an sebagai tempat pelaksanaan kegiatan.
2. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat dalam bentuk sosialisasi
  - a. Pembukaan

Pengabdian diawali dengan acara pembukaan dan perkenalan pelaksana pengabdian. Acara dihadiri oleh para anak-anak TPQ Nurul Qur'an dan seluruh pengurus TPQ Nurul Qur'an, acara dimulai pada pukul 15.00 WITA sampai dengan selesai. Pembukaan dan perkenalan dilaksanakan kurang lebih 10 menit.

- b. Sambutan

Sebelum memasuki kegiatan inti yaitu penyampaian materi dan praktek cuci tangan, terdapat sambutan-sambutan, dari dosen pembimbing lapangan PKL dan Kepala Desa Tangga Ulin Hulu yang juga turut hadir.

c. Penyampaian materi

Pemaparan materi dilakukan oleh Dosen Pembimbing Lapangan PKL Desa Tangga Ulin Hulu yaitu Ibu Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP di bantu anggota pengabdian. Materi tersebut telah disiapkan sebelum hari kegiatan dimulai. Pada saat pemaparan materi diselingi dengan tanya jawab kepada peserta. Pemaparan materi dilaksanakan kurang lebih 30 menit.

d. Tanya jawab dengan anak-anak (santri) TPQ Nurul Qur'an

Tanya jawab berhadiah ini, dimana setiap pertanyaan ada hadiahnya, jika anak-anak ada yang bisa menjawab pertanyaan akan dapat hadiah yang disiapkan anggota kegiatan. Tanya jawab ini dilaksanakan kurang lebih 10 menit.

e. Praktik cuci tangan anak-anak Tama TPQ Nurul Qur'an

Praktek cuci tangan ini diberikan kepada peserta kegiatan yaitu anak-anak TPQ Nurul Qur'an. Cuci tangan dilakukan kurang lebih 20 detik per orang.

f. Penutup dan Evaluasi Pengabdian Masyarakat

Kegiatan ini ditutup dengan adanya foto bersama dengan para peserta kegiatan pengabdian.

## **B. Pembahasan**

Kegiatan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ini dilakukan dengan pemaparan materi disertai praktek cuci tangan. Pada kegiatan ini diawali dengan sambutan dari Dosen Pembimbing PKL dan Kepala Desa Tangga Ulin Hulu. Setelah itu dilanjutkan dengan pemaparan materi oleh Dosen Pembimbing Lapangan PKL di bantu anggota pengabdian, hal ini diharapkan dapat membuka wawasan dan kesadaran anak-anak TPQ Nurul Qur'an, bahwa pentingnya melakukan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai langkah mendasar dalam PHBS. Setelah itu dilanjutkan dengan praktek cuci tangan, hal ini sangat penting di lakukan, karena anak-anak banyak yang belum menyadari kebersihan di dalam diri mereka masing-masing. Penyuluhan ini hanya dilakukan 1 kali sehingga

kegiatan ini yang menjadi tujuan utamanya adalah agar anak-anak TPQ Nurul Qur'an dan pihak pengelola TPQ mulai memperhatikan bahaya yang diakibatkan apabila kurang menjaga kebersihan.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi atau penyuluhan dengan judul **“Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan yang Benar di Air yang Bersih”** di Desa Tangga Ulin Hulu Jl. Danau Terati RT. 01 Kecamatan Amuntai Tengah Kabupaten Hulu Sungai Utara terlaksana dengan baik dan lancar.

*Output* yang diharapkan dari kegiatan pengabdian ini ialah semoga sosialisasi dan praktek yang telah disampaikan dapat diterapkan dengan baik di keseharian lingkungan TPQ Nurul Qur'an, dan untuk lebih mengantisipasi dan memberi pemahaman yang benar agar mencegah penyakit yang menular yang timbul akibat tidak diawali dengan mencuci tangan terlebih dahulu.

#### **B. Saran**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dapat ditindak lanjuti dengan kegiatan penelitian di lapangan dengan tujuan untuk menyinkronkan antara keduanya. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat selaras dengan kegiatan penelitian. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat didasari oleh kegiatan penelitian

## DAFTAR PUSTAKA

Anonim, 2023. *Menumbuhkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Cuci Tangan Pakai Sabun (online)*.

Tersedia:<https://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/menumbuhkan-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-melalui-cuci-tangan-pakai-sabun> ( 14 Juni 2024)

Novitasari, Y. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Pendidikan Anak Usia Dini. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(1), 224-229.

# LAMPIRAN

## Biodata Dosen Pengabdian Masyarakat

### A. Identitas Diri

Nama Lengkap	:	Hj. Saidah Hasbiah, S.Sos., M.AP.
NIDK	:	8890530017
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Jabatan Fungsional	:	Lektor
Jabatan Struktural	:	-
Program Studi	:	Administrasi Publik
No. HP	:	0812-9874-9545
Email	:	saidahasbiah@gmail.com
Alamat	:	Jl. Kemuning RT 10 No. 50 Komplek CPI 2 Kota Raja Kec. Amuntai Selatan Kab. Hulu Sungai Utara
Nomor Telp./Faks	:	
Mata Kuliah yang diampu	:	1. Etika Administrasi Publik 2. Perilaku Organisasi

### B. Riwayat Pendidikan

	S – 1	S – 2	S – 3
<b>Nama Perguruan Tinggi</b>	Universitas Bhayangkara Surabaya	STIA Bina Banua Banjarmasin	
<b>Bidang Ilmu</b>	Administrasi Negara	Manajemen Sumber Daya Manusia	
<b>Judul Skripsi/ Tesis/Disertasi</b>	Kepemimpinan Camat dalam Peningkatan Pembangunan Desa	Pelayanan Haji dalam Perspektif Reinventing Government	
<b>Tahun Masuk/ Lulus</b>	1989/ 1994	2010/ 2011	

### C. Pengalaman Penelitian 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Sumber Dana
1.	2022	Implementasi Program Keluarga Harapan (PKH) di Kecamatan Sungai Pandan Kabupaten Hulu Sungai Utara (Studi Kasus Desa Rantau Karau Hulu)	STIA Amuntai
2.	2023	Pengelolaan Dana Desa Dalam Meningkatkan Pembangunan Non Fisik Di Desa Paliat Kecamatan Kelua Kabupaten Tabalong	Mandiri
3.	2024	Sistem <i>E-Filling</i> Dalam Pelayanan Surat Pemberitahuan Pajak Tahunan (SPT) Pada Kantor Pelayanan Penyuluhan dan Konsultasi	STIA Amuntai

		Perpajakan (KP2KP) Paringinan Kabupaten Balangan	
--	--	--	--

D. Pengalaman Pengabdian pada Masyarakat 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Pengabdian Kepada Masyarakat	Sumber Dana
1.	2021	Penyuluhan Tentang Kepemimpinan Bagi Aparat Desa Kota Raja Kecamatan Amuntai Selatan Kabupaten Hulu Sungai Utara	STIA Amuntai
2.	2022/2023	Bakti Sosial Pemberian Makanan Tambahan Pada Anak Dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Kota Raja Kecamatan Amuntai Selatan Kabupaten Hulu Sungai Utara	STIA Amuntai
3.	2023/2024	Bakti Sosial Melalui Apotek Hidup Untuk Hidup Yang Sehat	Mandiri
4.	2024/2025	Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Cuci Tangan Yang Benar	STIA Amuntai

### Rincian Anggaran Biaya (RAB) Pengabdian Masyarakat

No.	Nama Barang	Vol	Satuan	Harga Satuan	Jumlah
1	Snack	40	kotak	6.000	240.000
2	ATK	1	paket	125.000	125.000
3	Spanduk (1 m x 2 m)	1	buah	50.000	50.000
4	Lap tangan	1	buah	15.000	15.000
5	Sabun cuci tangan	1	botol	20.000	20.000
6	Pembuatan laporan (copy + jilid)	1	paket	50.000	50.000
<b>Jumlah</b>					<b>500.000</b>

Ketua Pelaksana,



**Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP.**  
NUPTK. 9260748649230093











**YAYASAN BAKTI MUSLIMIN AMUNTAI**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU ADMINISTRASI AMUNTAI**  
**TERAKREDITASI BAN-PT**

**PUSAT PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

Jalan Bihman Villa Amuntai HSU Kal-Sel Phone 0527 62520 Faxes. 0527 62520

Website : [www.stiaamuntai.ac.id](http://www.stiaamuntai.ac.id) Email : [stiaamt@gmail.com](mailto:stiaamt@gmail.com)



**K E P U T U S A N**  
**KETUA SEKOLAH TINGGI ILMU (STIA) AMUNTAI**  
**Nomor : 01/39-SK/STIA-Amt/PPPM/XII/2024**

**T E N T A N G**

**PEMBENTUKAN DAN PENGANGKATAN PERSONIL PELAKSANA**  
**PENGABDIAN MASYARAKAT PADA PRODI ADMINISTRASI PUBLIK**  
**TAHUN AKADEMIK 2024/2025**

**BISMILLAHIRRAHMANIRRAHIM**

**KETUA SEKOLAH TINGGI ILMU ADMINISTRASI (STIA) AMUNTAI**

- Menimbang : Bahwa untuk Menjaga Tertib Administrasi dan Kelancaran Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat oleh Dosen Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi Amuntai Maka dipandang Perlu diterbitkan Surat Keputusan Ketua STIA Amuntai Tahun Akademik 2024/2025
- Mengingat : 1. Undang – Undang Nomor 20 Tahun 2003 , tentang Sistem Pendidikan Nasional ;  
2. Peraturan Pemerintah, Nomor RI No. PP 17 tahun 2010 tentang pengelolaan Penyelenggaraan pendidikan  
3. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI No. 184/U/2001  
4. Keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI No. 232/U/2000  
5. Keputusan Dirjen Dikti Depdikbud RI No. 02/Dikti/Kep/1991  
6. Statuta STIA Amuntai

**MEMUTUSKAN**

- MENETAPKAN : SK Pengabdian Masyarakat Dengan Judul **“PENYULUHAN PHBS (PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT): CUCI TANGAN YANG BENAR DENGAN AIR BERSIH”**
- Pertama : Membentuk dan Mengangkat Personil Pengabdian Masyarakat STIA Amuntai Namanya Tersebut Dalam Daftar Lampiran Surat Keputusan Ini
- Kedua : Nama Tersebut dalam Lampiran Keputusan ini Adalah Selaku Pelaksana Pengabdian Masyarakat
- Ketiga : Personil Pengabdian Masyarakat Adalah Sebagaimana Tersebut dalam Lampiran Keputusan ini
- Keempat : Keputusan ini Berlaku pada Saat Pengabdian Masyarakat Dilaksanakan.

Ditetapkan di : Amuntai  
Pada tanggal : 21 Desember 2024

Kepala Pusat Penelitian  
Pengabdian Masyarakat,



**Gusti Muhammad Hidayatullah, S.Sos, M.AP.**

NIK. 19950410 202403 1 042



**YAYASAN BAKTI MUSLIMIN AMUNTAI**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU ADMINISTRASI AMUNTAI**  
**TERAKREDITASI BAN-PT**

**PUSAT PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

*Jalan Bihman Villa Amuntai HSU Kal-Sel Phone 0527 62520 Faks. 0527 62520*

Website : [www.stiaamuntai.ac.id](http://www.stiaamuntai.ac.id) Email : [stiaamt@gmail.com](mailto:stiaamt@gmail.com)



Lampiran : Keputusan Ketua STIA Amuntai  
Nomor : 01/39-SK/STIA-Amt/PPPM/XII/2024  
Tanggal : 21 Desember 2024  
Tentang : PEMBENTUKAN DAN PENGANGKATAN PERSONIL PELAKSANA  
PENGABDIAN MASYARAKAT PADA PRODI ADMINISTRASI PUBLIK  
TAHUN AKADEMIK 2024/2025

**PERSONIL PELAKSANA**  
**PENGABDIAN MASYARAKAT PRODI ADMINISTRASI PUBLIK**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU ADMINISTRASI AMUNTAI**

**PENANGGUNG JAWAB : KETUA STIA AMUNTAI**

**PENASEHAT : KEPALA PPPM STIA AMUNTAI**

**KETUA PELAKSANA : Hj. SAIDAH HASBIYAH, S.Sos., M.AP.**

**ANGGOTA : 1. APRILIA ALMIRA SHOFA (212308017)**  
**2. MELLY DIVA FAUZIAH (212308231)**  
**3. RADHIATUL INAYATI (212308146)**  
**4. RUSADI (212308206)**  
**5. SITI RAHMAH (212308160)**

Ditetapkan di : Amuntai  
Pada tanggal : 21 Desember 2024

Kepala Pusat Penelitian  
Pengabdian Masyarakat,



**Gusti Muhammad Hidayatullah, S.Sos, M.AP.**  
NIK. 19950410 202403 1 042



**YAYASAN BAKTI MUSLIMIN AMUNTAI**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU ADMINISTRASI AMUNTAI**  
**TERAKREDITASI BAN-PT**

**PUSAT PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

Jalan Bihman Villa Amuntai HSU Kal-Sel Phone 0527 62520 Faks. 0527 62520

Website : [www.stiaamuntai.ac.id](http://www.stiaamuntai.ac.id) Email : [stiaamt@gmail.com](mailto:stiaamt@gmail.com)



Nomor : 04/38-IP/STIA-Amt/PPPM/XII/2024  
Lampiran : -  
Perihal : **Permohonan Izin**

Kepada Yth.  
Kepala Kepala Desa Tangga Ulin Hulu  
Di -  
Tempat

*Assalamu'alaikum Wr. Wb.*

Dengan hormat,

Dalam rangka melaksanakan Pengabdian Masyarakat dengan Judul **“Penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat): Cuci Tangan yang Benar dengan Air Bersih”** oleh dosen Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) Amuntai sebagai berikut:

Nama (ketua) : Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP.

Anggota : 1. Aprilia Almira Shofa (212308017)  
2. Melly Diva Fauziah (212308231)  
3. Radhiatul Inayati (212308146)  
4. Rusadi (212308206)  
5. Siti Rahmah (212308160)

Program Studi : Administrasi Publik

Waktu Pelaksanaan : Selasa, 24 Desember 2024

Tempat/Lokasi : Desa Tangga Ulin Hulu Kecamatan Amuntai Tengah  
Kab. Hulu Sungai Utara

Berkaitan dengan hal tersebut, kami mohon kepada Bapak/Ibu berkenan memberikan izin dan rekomendasi kepada yang bersangkutan untuk dapat melaksanakan kegiatan tersebut.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami mengucapkan terima kasih

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Amuntai, 21 Desember 2024

Kepala Pusat Penelitian  
Pengabdian Masyarakat,



**Gusti Muhammad Hidayatullah, S.Sos, M.AP.**

NIK. 19950410 202403 1 042



**YAYASAN BAKTI MUSLIMIN AMUNTAI**  
**SEKOLAH TINGGI ILMU ADMINISTRASI AMUNTAI**  
**TERAKREDITASI BAN-PT**

**PUSAT PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT**

Jalan Bihman Villa Amuntai HSU Kal-Sel Phone 0527 62520 Faxes. 0527 62520

Website : [www.stiaamuntai.ac.id](http://www.stiaamuntai.ac.id) Email : [stiaamt@gmail.com](mailto:stiaamt@gmail.com)



**SURAT PERINTAH TUGAS**

Nomor : 05/43-ST/STIA-Amt/PPPM/XII/2024

**MEMERINTAHKAN**

Kepada Nama : Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP.  
NUPTK : 9260748649230093  
Anggota : 1. Aprilia Almira Shofa (212308017)  
2. Melly Diva Fauziah (212308231)  
3. Radhiatul Inayati (212308146)  
4. Rusadi (212308206)  
5. Siti Rahmah (212308160)  
Program Studi : Administrasi Publik  
Keperluan : Dalam rangka melaksanakan pengabdian masyarakat dengan judul **“Penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat): Cuci Tangan yang Benar dengan Air Bersih”**  
Waktu Pelaksanaan : Selasa, 24 Desember 2024  
Tempat/Lokasi : Desa Tangga Ulin Hulu Kecamatan Amuntai Tengah Kab. Hulu Sungai Utara

Untuk melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat dalam rangka memenuhi salah satu tugas Tridarma Perguruan Tinggi dengan judul di atas, dan akan memberikan laporan akhir (*hardcopy* dan *softcopy*) ke Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Administrasi (STIA) Amuntai.

Demikian Surat Tugas ini diberikan untuk dilaksanakan sesuai dengan ketentuan.

Amuntai, 21 Desember 2024



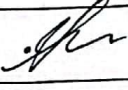
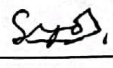
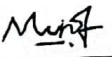


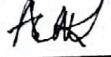



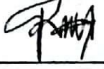



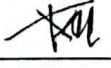

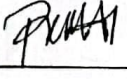

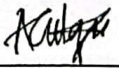
Kepala Pusat Penelitian  
Pengabdian Masyarakat,



**Gusti Muhammad Hidayatullah, S.Sos, M.AP.**

NIK. 19950410 202403 1 042

ABSENSI PESERTA PENYULUHAN PHBS DI DESA TANGGA ULIN HULU

NO	NAMA	TTD
1.	Noor Khadijah	
2.	Aulia Rahmi	
3.	Abdul Khatiq	
4.	Syarifah Anikka Mutri	
5.	MUNZ LISA	
6.	medina	
7.	Amira	
8.	Aisyah Ramira Hakimah	
9.	M. Hafiz Juanda	
10.	Ani PHUMPIPP	
11.	NURAYADELIA	
12.	M. Kozak	
13.	M. Fidho	
14.	Muhammad Zaini	
15.	Maria Uifah	
16.	Kamila Uifa	
17.	Laila Humaida	
18.	Ramadhani Ati Khaira	
19.	Apifah Fitria	
20.	Alqaniansyah	

21.	Abdurrazak Airmuni	<i>Auf.</i>
22.	Muhammad Aulia Akbar	<i>Aula.</i>
23.	Aisyah Naira Hakima	<i>Ah</i>
24.	Zawita Nisrina	<i>ZN</i>
25.	Lutfan Hafizi	<i>LH</i>
26.	Febri Nabila	<i>FNB</i>
27.	Alip	<i>Alip</i>
28.	M. Zikra Perdana	<i>ZP</i>
29.	Muhammad Ikhwan	<i>MI</i>
30.	Rafasha Ahdia	<i>Raf.</i>
31.	Haisyah Putri	<i>HP</i>
32.	Distia Sabrina	<i>DS</i>
33.	Jinan Maknam	<i>JM</i>
34.		

Amuntai, 24 Desember 2024

Mengetahui:  
Dosen Pembimbing Lapangan,

**Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP**  
NUPTK. 9260748649230093

# PHBS (POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT)

Di susun oleh : Ibu Hj. Saidah Hasbiyah, S.Sos., M.AP





# APA SIH PHBS ITU?

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, serta perilaku sehingga masyarakat sadar, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat. Melalui PHBS diharapkan masyarakat dapat mengenali dan mengatasi masalah sendiri dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya



# LALU, APA MANFAAT PHBS?



Manfaat PHBS secara umum adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut menjadi penting untuk dilakukan agar masyarakat sadar dan dapat mencegah serta mengantisipasi atau menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang mungkin muncul. Selain itu, dengan menerapkan dan mempraktikkan PHBS diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Dalam implementasinya, kebermanfaatan PHBS ini dapat diterapkan di berbagai area, seperti sekolah, tempat kerja, rumah tangga, dan masyarakat. Berikut adalah penjelasan mengenai kebermanfaatan PHBS pada area-area tersebut



APA SAJA SIH INDIKATOR PHBS?

SIMAK ILUSTRASI DISAMPING INI  
DAN PENJELASAN DIBAWAH YA





## PENJELASAN ILUSTRASI INDIKATOR PHBS :

### 1. Menggunakan Air Bersih

Menggunakan air bersih dalam kehidupan sehari-hari seperti memasak, mandi, hingga untuk kebutuhan air minum. Air yang tidak bersih banyak mengandung kuman dan bakteri yang dapat menyebabkan berbagai macam penyakit.

### 2. Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) dengan benar .

Mencuci tangan di air mengalir dan memakai sabun dapat menghilangkan berbagai macam kuman dan kotoran yang menempel di tangan sehingga tangan bersih dan terbebas dari kuman. Cucilah tangan setiap kali sebelum makan dan melakukan aktifitas yang menggunakan tangan, seperti memegang uang dan hewan, setelah buang air besar, sebelum memegang makanan maupun sebelum menyusui bayi. Pada situasi berkembangnya virus korona seperti saat ini, cuci tangan menggunakan sabun dengan air mengalir adalah keharusan. Mencuci tangan harus memperhatikan aturan dengan membersihkan seluruh bagian dari tangan.



# PENJELASAN ILUSTRASI INDIKATOR PHBS :

## 3. Gunakan Jamban Sehat.

Jamban adalah suatu ruangan yang mempunyai fasilitas pembuangan kotoran manusia yang terdiri atas tempat jongkok atau tempat duduk dengan leher angsa atau tanpa leher angsa (cemplung) yang dilengkapi dengan unit penampungan kotoran dan air untuk membersihkannya. Ada beberapa syarat untuk jamban sehat, yakni tidak mencemari sumber air minum, tidak berbau, tidak dapat dijamah oleh hewan seperti serangga dan tikus, tidak mencemari tanah sekitarnya, mudah dibersihkan dan aman digunakan, dilengkapi dinding dan atap pelindung, penerangan dan ventilasi udara yang cukup, lantai kedap air, tersedia air, sabun, dan alat pembersih yang memadai.

## 4. Memberantas jentik nyamuk di rumah sekali seminggu secara rutin.

Lakukan Pemeriksaan Jentik Berkala (PJB) di lingkungan rumah tangga. PJB adalah pemeriksaan tempat perkembangbiakan nyamuk yang ada di dalam rumah, seperti bak mandi, WC, vas bunga, tatakan kulkas, talang air, dan media penyimpanan lainnya yang menampung air. Kegiatan ini dianjurkan dilakukan secara teratur setiap minggu dan konsisten. Selain itu juga perlu dilakukan Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) dengan cara 3 M (Menguras, Mengubur, Menutup) dan melakukan fogging di tempat-tempat yang dimungkinkan adanya jentik nyamuk secara berkala.

## 5. Makan makanan yang sehat dan bergizi.

Dianjurkan agar keluarga mengkonsumsi jenis makanan yang bersih dan sehat seperti mengandung banyak vitamin, serat, mineral dan zat-zat yang dibu tuhkan oleh tubuh serta bermanfaat bagi kesehatan



# KAMU TAU TIDAK GAMBARAN PHBS? SIMAK GAMBARAN INI YAA

1. Mandi menggunakan sabun mandi dan air bersih dilakukan minimal 2x sehari pada pagi dan sore hari yang bertujuan untuk :Menjaga kebersihan kulit, Mencegah penyakit kulit/gatal-gatal, Menghilangkan bau badan, Menghilangkan kuman dan virus.
2. Mencuci rambut Perilaku mencuci rambut dilakukan 2x seminggu menggunakan shampo dan air bersih, bertujuan untuk membersihkan rambut dan kulit kepala dari kotoran dan memberikan.
3. Membersihkan hidung Perilaku membersihkan lubang hidung perlu dilakukan pada setiap kali mandi guna membuang kotoran yang ada dan melancarkan jalan udara untuk bernafas. Namun demikian, saat situasi berjangkitnya virus korona, sebaiknya tidak sembarangan menyentuh atau membersihkan hidung, mata, mulut dan menyentuh muka dengan tangan yang tidak yakin bersih. Hal-hal tersebut akan mempermudah masuknya virus ke dalam tubuh. Tutuplah mulut dan hidung dengan siku terlipat saat batuk atau bersin



## KAMU TAU TIDAK GAMBARAN PHBS? SIMAK GAMBARAN INI YAA

4. Membersihkan telinga Sama halnya dengan hidung, telinga juga harus di bersihkan saat mandi. Bersihkan bagian daun telinga ataupun luar telinga. Hindari mengorek telinga terutama dengan menggunakan benda-benda yang tidak aman dan tajam seperti penjepet rambut. Jika ada kotoran yang mengeras, minta banduan dokter untuk membersihkannya. Batasi penggunaan headset untuk mendengar musik. Berilah waktu telinga Anda untuk beristirahat.
5. Gosok gigi Perilaku menggosok gigi dilakukan minimal 2 x sehari dengan memakai pasta gigi/odol yang dilakukan setelah makan dan sebelum tidur malam. Gosok gigi (Depkes RI, 2007) bertujuan untuk: Menjaga kebersihan gigi dan mulut, Mencegah kerusakan pada gusi dan gigi, Mencegah bau mulut tidak sedap.



## KAMU TAU TIDAK GAMBARAN PHBS? SIMAK GAMBARAN INI YAA

6. Kesehatan mata Perilaku membersihkan mata adalah salah satu upaya menjaga kesehatan mata. Salah satu cara menjaga kesehatan mata adalah memperhatikan intensitas cahaya pada saat membaca. Intensitas cahaya harus cukup terang, jarak pembaca dengan buku sepanjang penggaris (30 cm), yang dibaca tidak boleh bergerak/bergoyang.
7. Mencuci tangan pakai sabun Perilaku mencuci tangan dilakukan untuk menjaga kebersihan tangan dari kotoran dan kuman yang dapat menyebabkan penyakit. Kotoran dan bakteri yang menempel pada tangan dapat menyebabkan berbagai macam penyakit seperti penyakit diare, kecacingan, dan infeksi saluran pernafasan akut (ISPA), kurang gizi, dll. Dalam diagram di samping, penyebaran kuman terpetakan, kuman dan bakteri yang berasal dari kotoran hewan, manusia, sampah busuk, dll disebarkan melalui berbagai cara yaitu lalat, debu, tangan, air, dll. Tangan yang kotor menjadi salah satu media penyebaran penyakit. Cuci tangan pakai sabun di waktu-waktu penting dapat mengurangi resiko terkena penyakit diare sebanyak 42-48% dan secara signifikan dapat mengurangi penyakit pernafasan akut termasuk mencegah terjangkit Virus Corona. Diagram penyebaran penyakit



# KAMU TAU TIDAK GAMBARAN PHBS? SIMAK GAMBARAN INI YAA

Waktu penting yang wajib untuk mencuci tangan pakai sabun:

- Sebelum makan.
- Setelah BAK/BAB.
- Setelah bermain.
- Sebelum ibu menyusui.
- Sebelum menyiapkan makanan.
- Sebelum menyuapi makanan.
- Kapanpun setelah memegang suatu benda yang tidak diyakini kebersihannya

6. Memotong kuku Perilaku memotong dan membersihkan kuku dilakukan minimal 1x seminggu dengan tujuan untuk: Mencegah penyakit yang dapat ditularkan melalui sisa kotoran yang terselip pada kuku dan jari jemari tangan, Mencegah luka akibat garukan kuku. Perlu diperhatikan bahwa tidak boleh mengorek hidung dengan jari/ kuku tangan yang kotor, tidak memasukkan jari ke mulut atau menggigiti kuku.



# KAMU TAU TIDAK GAMBARAN PHBS? SIMAK GAMBARAN INI YAA

7. Menggunakan alas kaki Anak-anak terkadang saat bermain tidak menggunakan alas kaki. Penggunaan alas kaki perlu dilakukan agar: Kaki tidak terluka atau tertusuk benda tajam. Mencegah penyakit, misalnya penyakit cacingan akibat menginjak kotoran.



8. Kebersihan pakaian Pakaian anak-anak umumnya dapat dibedakan menjadi 3 jenis berdasar kegiatan mereka, yaitu pakaian sekolah, pakaian bermain dan pakaian tidur. Pakaian harus selalu bersih dan diganti setiap hari. Hal ini bertujuan agar kita terhindar dari penyakit kulit yang disebabkan pakaian basah atau kotor. Pada saat banyak virus korona begini, pakaian yang sudah digunakannya dari luar sebaiknya langsung dicuci.



7. Makan makanan bergizi seimbang Gizi seimbang adalah nutrisi dan zat gizi yang disesuaikan dengan kebutuhan tubuh, tidak berlebihan juga tidak kekurangan. Makanan gizi seimbang adalah mengonsumsi makanan yang mengandung nutrisi dan gizi disesuaikan dengan kebutuhan tubuh dengan tetap memperhatikan berbagai prinsip seperti keberagaman jenis makanan, aktifitas tubuh, berat ideal serta faktor usia.

