

## Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar

Surya Syarifuddin<sup>1\*</sup>, Muh. Khaedar<sup>2</sup>

<sup>1\*</sup>Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Megarezky

<sup>2</sup>Program Studi S1 Pendidikan Guru Sekolah Dasar, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Megarezy

Email : [suryasyarifuddin@gmail.com](mailto:suryasyarifuddin@gmail.com)

### Abstrak

Perilaku hidup bersih sehat di sekolah merupakan upaya yang dilakukan untuk meningkatkan kemampuan untuk hidup bersih dan sehat di sekolah. Indikator perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah yakni perilaku mencuci tangan pakai sabun dan di air mengalir, perilaku mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, perilaku menggunakan jamban sehat dan bersih, perilaku melakukan olahraga teratur dan terukur, perilaku melakukan pemberantasan jentik nyamuk di sekolah, perilaku tidak merokok di lingkungan sekolah, melakukan penimbangan badan dan pengukuran tinggi badan dan perilaku membuang sampah di tempatnya. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan perilaku hidup bersih sehat siswa sekolah dasar. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas IV, V, dan Kelas VI di SDI Tamamaung 1. Sampel pada penelitian ini sebanyak 61 orang siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang baik meliputi perilaku mencuci tangan pakai sabun di air mengalir (88,5%), perilaku mengkonsumsi jajanan sehat di sekolah (88,5%), perilaku menggunakan jamban sehat dan bersih (86,9%), perilaku melakukan olahraga yang teratur dan terukur (83,6%), perilaku tidak merokok di sekolah (60,7%), perilaku membuang sampah di tempatnya (73,8%) dan perilaku melakukan penimbangan badan dan pengukuran berat badan (72,1%). Adapun untuk perilaku pemberantasan jentik nyamuk masih ada yang berperilaku buruk (59,0%). Diharapkan pihak sekolah agar tetap mengedukasi siswa agar membiasakan dan menerapkan perilaku hidup bersih sehat di sekolah, terutama yang berkaitan dengan pemberantasan jentik nyamuk serta mendukung sarana dan prasarana agar tercipta perilaku hidup bersih sehat di sekolah yang optimal.

**Katakunci :** *Perilaku Hidup Bersih Sehat, Siswa, Sekolah Dasar*

### Abstract

Clean and healthy living behavior at school is an effort made to improve the ability to live clean and healthy at school. Indicators of clean and healthy living behavior in schools are the behavior of washing hands with soap and in running water, the behavior of consuming healthy snacks in the school canteen, the behavior of using healthy and clean latrines, the behavior of doing regular and measured exercise, the behavior of eradicating mosquito larvae in schools, the behavior of not smoking in the school, weighing and measuring height and the behavior of disposing of garbage in its place. This study aims to describe the healthy living behavior of elementary school students. This study used a quantitative descriptive research design. The population in this study were students in grades IV, V, and VI at SDI Tamamaung 1. The sample in this study

were 61 students. The results showed that students have good clean and healthy living behaviors including the behavior of washing hands with soap in running water (88.5%), the behavior of consuming healthy snacks at school (88.5%), the behavior of using healthy and clean latrines (86.9%), the behavior of doing regular and measurable exercise (83.6%), the behavior of not smoking at school (60.7%), the behavior of throwing garbage in place (73.8%) and the behavior of weighing and measuring body weight (72.1%). As for the behavior of eradicating mosquito larvae, there are still those who behave badly (59.0%). It is expected that the school should continue to educate students to familiarize and implement healthy living behaviors at school, especially those related to mosquito larvae eradication and support facilities and infrastructure to create optimal healthy living behaviors in schools.

**Keywords:** *Healthy Living Behavior, Students, Elementary School*

## **PENDAHULUAN**

Derajat kesehatan adalah salah satu unsur penting dalam meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) bangsa Indonesia. Dalam mewujudkan derajat kesehatan tidak hanya ditentukan oleh pelayanan kesehatan, tetapi lebih dominan di pengaruhi oleh kondisi lingkungan dan perilaku masyarakat. Upaya untuk mengubah pola perilaku masyarakat yang akan mendukung dalam perbaikan derajat kesehatan masyarakat melalui program PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) (Menkes RI, 2011).

Menurut Depkes RI (2009) bahwa Indeks Pembangunan Kesehatan Masyarakat pada tahun 2010, rata-rata proporsi hidup bersih sehat secara nasional hanya 35,68%, artinya bahwa hanya 35,68% warga Indonesia yang memiliki pola hidup bersih sehat (Azizah & Herlinawati, 2020).

Perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah adalah perilaku yang dilakukan oleh peserta didik, guru dan masyarakat yang berada pada lingkungan sekolah atas dasar kesadaran dari pembelajaran sehingga mampu secara mandiri mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya serta aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. Berbagai penyakit yang paling sering menyerang anak sekolah, ternyata berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, pemahaman nilai-nilai PHBS di sekolah adalah kebutuhan mutlak dan dilakukan dengan pendekatan usaha kesehatan sekolah (Supriyatno et al., 2021)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan perilaku yang dilakukan dalam menjaga kesehatan ada beberapa contoh dari perilaku sehat seperti perilaku proaktif dalam menjaga kesehatan, mencegah risiko timbulnya penyakit, melindungi diri dari ancaman penyakit serta berperan aktif dalam upaya memelihara kesehatan. PHBS merupakan perilaku yang harus dipraktikkan secara kontinyu agar menjadi suatu kebiasaan. Partisipasi seluruh anggota keluarga dalam menerapkan PHBS mendukung terbentuknya lingkungan yang sehat dan kondusif sehingga bermanfaat baik dalam lingkungan keluarga maupun masyarakat (Yunita et al., 2022)

Anak-anak usia sekolah adalah kelompok usia yang rentan terhadap masalah kesehatan. Munculnya berbagai penyakit yang menyerang anak usia sekolah (6-12 tahun) biasanya dikaitkan dengan perilaku hidup bersih dan sehat (Fitriani, 2018).

Menurut Notoatmojo (2010), beberapa hal perlu diajarkan kepada anak-anak meningkatkan perilaku sehat dengan menjaga kebersihan diri dan lingkungan serta menjaga hal-hal yang membahayakan kesehatan. Kebersihan lingkungan mengacu pada kebersihan tempat tinggal, lingkungan kerja atau tempat bermain, dan fasilitas umum. Anak-anak dapat belajar menjaga kebersihan lingkungan sejak dini. Aktivitas termudah yang dapat dilakukan anak-anak adalah menyimpan sepatu pada tempatnya. Mengenakan sepatu saat keluar rumah; membuang sampah pada tempatnya; meletakkan tempat air minum yang kotor pada tempatnya; membersihkan mainan; menutup mulut saat batuk dan bersin; menghindari asap rokok, asap pembakaran sampah, knalpot kendaraan bermotor, buang air besar dan kecil di toilet. Selain itu,

orang tua juga dapat melibatkan anak dalam kegiatan yang berkaitan dengan menjaga kebersihan lingkungan, seperti membersihkan mainan, membersihkan rumah dan lain-lain (Apriliana, 2016).

Perilaku hidup bersih sehat di sekolah merupakan upaya yang dilakukan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan untuk hidup bersih dan sehat. Menurut Departemen Kesehatan (2007) ada beberapa indikator Perilaku bersih dan sehat di sekolah yakni 1). Mencuci tangan di air mengalir dan menggunakan sabun, 2). Perilaku mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, 3). Perilaku menggunakan jamban /WC yang bersih dan sehat, 4). Melakukan olahraga teratur dan terukur, 5). Melakukan pemberantasan jentik nyamuk, 6). Tidak merokok di sekolah, 7). Melakukan penimbangan badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, 8). Membuang sampah di tempatnya (Fitriani, 2018)

Indikator perilaku hidup bersih dan sehat harus diterapkan disekolah dan merupakan tanggungjawab dari pihak sekolah. Sekolah merupakan institusi pendidikan yang menciptakan generasi emas sebaiknya menerapkan perilaku hidup bersih sehat di lingkungan sekolah untuk meningkatkan derajat kesehatan serta juga mampu mencegah dari masalah kesehatan, utamanya penyakit menular.

Menurut data Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan (2017) terdapat 31,85% Sekolah Dasar tidak tersedia air, 12,19% sekolah dasar tidak memiliki jamban, tingkat sekolah dasar juga rendah terhadap akses cuci tangan. Kondisi ini tentu mengkhawatirkan dalam pembiasaan perilaku bersih dan sehat. Selain itu, kurangnya sumber air di sekolah dapat menjadi masalah karena anak tidak dapat mencuci tangan dengan sabun (Lase, 2019). Kurangnya kesadaran dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menyebabkan lingkungan sekolah yang buruk. Menurut laporan Riskesdas (2013) data yang diperoleh bahwa terdapat 83% perilaku cuci tangan anak tidak benar, perilaku mengkonsumsi makanan berbahaya memberikan dampak buruk terhadap tubuh, yaitu berupa mengkonsumsi makanan atau minuman, antara lain rasa manisnya mencapai 53,1%, lemak mencapai 40,7%, penyedap mencapai 77,3%, serta terdapat 32% anak yang tidak buang air besar di jamban (Lase, 2019).

Berdasarkan permasalahan diatas, penelitian yang terkait dengan perilaku hidup bersih sehat pada siswa sekolah dasar dan berdasarkan studi literatur yang dilakukan, masih banyak siswa sekolah dasar yang tidak menerapkan perilaku hidup bersih sehat di sekolah sehingga berdasarkan paparan di atas perlu dilakukan penelitian yang terkait dengan perilaku hidup bersih sehat pada siswa sekolah dasar. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Bagaimana perilaku hidup bersih sehat siswa sekolah dasar atau kebiasaan siswa sekolah dasar yang biasa dilakukan di lingkungan sekolah.

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian ini mendeskripsikan gambaran perilaku hidup bersih dan sehat siswa sekolah dasar di SDI Tamamaung I. Lokasi pelaksanaan penelitian di SDI Tamamaung 1 dan waktu penelitian ini pada bulan Juli - Agustus 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas IV, V, dan VI di SDI Tamamaung 1. Jumlah siswa kelas IV sebanyak 48 orang siswa, kelas V sebanyak 63 orang siswa, dan kelas VI sebanyak 46 orang siswa. Total populasi dalam penelitian ini adalah 157 orang siswa. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan sampel dengan acak sampel sederhana. Sampel penelitian ini sebanyak 61 orang siswa. Data dikumpulkan dengan bantuan kuesioner. Kemudian dilakukan analisis data dan pengolahan data. Selanjutnya hasil penelitian disajikan dan diinterpretasikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar diperoleh data sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Jumlah	Persentase %
<b>Kelas</b>		
IV	19	31,1
V	24	39,4
VI	18	29,5
<b>Umur</b>		
9 Tahun	15	24,6
10 Tahun	19	31,1
11 Tahun	20	32,8
12 Tahun	7	11,5
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	35	57,4
Perempuan	26	42,6

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa jumlah responden pada kelas IV sebanyak 19 orang siswa (31,1%), kelas V sebanyak 24 orang siswa (39,4%) dan kelas VI sebanyak 18 orang siswa (29,5%). Karakteristik umur responden paling banyak berada pada umur 11 tahun sebanyak 20 orang siswa (32,8%), kemudian pada umur 10 tahun sebanyak 19 orang siswa (31,1%), umur 9 tahun sebanyak 15 orang siswa (24,6%) dan pada umur 12 tahun sebanyak 7 orang siswa (11,5%). Kemudian Jenis kelamin laki-laki pada penelitian ini sebanyak 35 orang siswa (57,4%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 26 orang siswa (42,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun dan Di Air Yang Mengalir

Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun di Air Mengalir	Jumlah	Persentase %
Baik	54	88,5
Kurang	7	11,5
Total	61	100

Berdasarkan Tabel 2, diperoleh data bahwa perilaku cuci tangan pakai sabun dan di air mengalir menunjukkan perilaku siswa anak sekolah berperilaku baik sebanyak 54 orang siswa (88,5%) dan yang berperilaku kurang sebanyak 7 orang siswa (11,5%).

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait mencuci tangan pakai sabun di air mengalir termasuk dalam kategori baik (88,5%). Perilaku siswa sekolah dasar selalu mencuci tangan pakai sabun di air mengalir sebelum dan sesudah makan, setelah buang air besar dan buang air kecil, mencuci tangan setelah bermain serta selalu tersedia air dan sabun untuk mencuci tangan.

Siswa sekolah dasar yang berperilaku kurang (11,5%) hal ini dikarenakan ada siswa yang tidak mencuci tangan setelah membersihkan lingkungan sekolah. Perilaku yang baik dalam mencuci tangan apabila dilakukan terus menerus akan menjadi sebuah kebiasaan yang baik.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya bahwa terdapat 61,05% siswa memiliki perilaku cuci tangan dengan baik (Pauzan & Fatih, 2017). Penelitian yang dilakukan oleh (Messakh et al., 2019) menunjukkan perilaku baik pada indikator mencuci tangan dengan air mengalir menggunakan sabun (66,58%). Selain itu penelitian yang dilakukan oleh (Rosidi et al., 2010) menunjukkan mayoritas siswa SD memiliki kebiasaan untuk mencuci tangan, namun masih ada beberapa siswa SD yang tidak terbiasa mencuci tangan, karena kurangnya pengetahuan mengenai pentingnya mencuci tangan bagi kesehatan.

Mencuci tangan pakai sabun merupakan upaya pencegahan penyakit. Hal ini disebabkan tangan merupakan perantara pembawa kuman yang dapat menyebabkan penyakit. Resiko penularan penyakit akan berkurang dengan peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat, perilaku hygiene, seperti mencuci tangan pakai sabun pada waktu penting.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Mengonsumsi Jajanan Sehat di Kantin Sekolah

Perilaku Mengonsumsi Jajanan sehat di kantin sekolah	Jumlah	Persentase %
Baik	54	88,5
Kurang	7	11,5
Total	61	100

Berdasarkan tabel 3, perilaku mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah menunjukkan sebanyak 54 orang siswa (88,5%) berperilaku baik dan sebanyak 7 orang siswa (11,5) berperilaku kurang.

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait perilaku mengonsumsi jajanan sehat termasuk dalam kategori baik (88,5%), hal ini dikarenakan perilaku siswa sekolah dasar membawa bekal ke sekolah, membeli jajanan yang disajikan tertutup, dan membeli jajanan di kantin sekolah. Namun, ada siswa yang menunjukkan perilaku kurang (11,5%) karena masih ada siswa yang membeli jajanan yang mengandung pemanis, pewarna dan pengawet.

Makanan yang tersaji di kantin sekolah sebaiknya harus bersih dan tidak mengandung bahan-bahan yang berbahaya serta menggunakan air yang matang untuk keperluan minum. Selain itu, kebiasaan membawa bekal dari rumah merupakan budaya dalam menciptakan perilaku hidup bersih sehat dan perlu dukungan dari orang tua (Lestari et al., 2016).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Aisyah, 2015) yakni perilaku anak dalam memilih makanan jajanan memiliki perilaku baik yaitu 56,4%. hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Citrawati et al., 2020) bahwa terdapat 73,91% anak usia sekolah memiliki perilaku baik dalam memilih jajanan di SDN 2 Bhuanagiri Karangasem. Salah satu yang mempengaruhi perilaku adalah pengetahuan, pengetahuan ini merupakan faktor yang sangat penting dalam membentuk tindakan atau perilaku seseorang.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Menggunakan Jamban Sehat dan Bersih

Perilaku Menggunakan Jamban Sehat dan Bersih	Jumlah	Persentase
		%
Baik	53	86,9
Kurang	8	13,1
Total	61	100

Berdasarkan tabel 4, diperoleh data sebanyak 53 orang siswa (86,9%) berperilaku baik menggunakan jamban yang bersih dan sehat dan sebanyak 8 orang siswa (13,1%) yang berperilaku kurang dalam menggunakan jamban yang bersih dan sehat.

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait perilaku menggunakan jamban sehat dan bersih berada dalam kategori baik (86,9%). Hal ini dikarenakan bahwa siswa sudah menggunakan jamban saat buang air besar dan buang air kecil, siswa juga menyiram jamban sampai bersih setelah menggunakannya. Terdapat Perilaku kurang sebanyak (13,1%) karena ada siswa yang tidak membersihkan jamban yang kotor.

Meskipun perilaku sebagian besar sudah menggunakan jamban dalam kriteria baik, namun, presentase anak yang berperilaku kurang dengan perilaku hidup bersih dan sehat masih perlu diperhatikan. Jamban merupakan sanitasi dasar yang penting dan harus dimiliki setiap sekolah. Pentingnya buang air besar di jamban untuk menghindari berbagai penyakit akibat sanitasi yang buruk (Hendrawati et al., 2020)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Wokas, 2018) bahwa siswa yang berperilaku menggunakan jamban dengan baik sebesar 68,4%. Selain itu penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat 46,42% siswa menggunakan jamban yang bersih dan sehat dengan baik (Fauziah et al., 2014). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang baik tidak hanya dibutuhkan pengetahuan yang baik dan sikap positif tetapi juga perlu adanya sarana dan prasarana yang mendukung untuk menerapkan perilaku hidup bersih sehat (Lestari et al., 2016).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Melakukan Olahraga Yang Teratur dan Terukur

Perilaku Melakukan Olahraga Yang Teratur dan Terukur	Jumlah	Persentase
		%
Baik	51	83,6
Kurang	10	16,4
Total	61	100

Berdasarkan tabel 5, Menunjukkan bahwa sebanyak 51 orang siswa (83,6%) berperilaku baik dalam melakukan olahraga yang teratur dan terukur dan sebanyak 10 orang siswa yang berperilaku kurang (16,4%) dalam melakukan olahraga yang teratur dan terukur.

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait perilaku melakukan olahraga yang teratur dan terukur termasuk dalam kategori baik (83,6%). Perilaku siswa sekolah melakukan senam bersama seluruh siswa sekolah, selalu mengikuti kegiatan olahraga pada jam

pelajaran olahraga di sekolah. Perilaku kurang (16,4%) dikarenakan masih ada siswa yang tidak mengikuti jawal rutin olahraga di sekolah.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hendrawati et al., 2020) menunjukkan bahwa indikator keempat yaitu perilaku olahraga yang teratur dan terukur menunjukkan sebagian besar yaitu sebanyak 188 orang (59,3%) siswa/siswi berperilaku baik dalam olahraga yang teratur dan terukur. Kegiatan olahraga merupakan kegiatan aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur dan melibatkan gerakan tubuh secara berulang-ulang dengan tujuan untuk meningkatkan kesehatan jasmani.

Kegiatan olahraga ini akan membantu responden dalam mencegah obesitas di usia dini dan menjaga responden untuk tetap sehat. (Hendrawati et al., 2020). Selain itu dengan melakukan olahraga yang teratur dan terukur akan meningkatkan kesehatan fisik dan mental pada diri siswa (Syarifuddin, 2017).

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Melakukan Pemberantasan Jentik Nyamuk

Perilaku Melakukan Pemberantasan Jentik Nyamuk	Jumlah	Persentase %
Baik	25	41,0
Kurang	36	59,0
Total	61	100

Berdasarkan tabel 6, menunjukkan sebanyak 25 orang siswa (41%) yang berperilaku melakukan pemberantasan jentik nyamuk di sekolah dan sebanyak 36 orang (59%) yang berperilaku kurang dalam melakukan pemberantasan jentik nyamuk di sekolah.

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait perilaku melakukan pemberantasan jentik nyamuk termasuk dalam kategori kurang (59,0%). Hal ini disebabkan karena siswa sekolah dasar jarang membersihkan tempat penampungan air, jarang melakukan kegiatan gotong-royong membersihkan sekolah serta jarang menggunakan lotion/ obat yang dapat mencegah dari gigitan nyamuk.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Messakh et al., 2019) yang menunjukkan bahwa indikator memberantas jentik nyamuk di sekolah berada dalam kategori kurang (49,22%). Kurangnya pengetahuan siswa mengenai pemberantasan jentik dapat menyebabkan siswa sekolah dasar rentan terhadap penyakit. Pengetahuan siswa tentang DBD dan kegiatan pemberantasan jentik nyamuk perlu ditingkatkan (Lestari et al., 2016).

Perilaku hidup bersih sehat mengenai pemberantasan sarang nyamuk di sekolah harusnya di lakukan terus menerus sehingga kegiatan ini dapat dilakukan secara rutin. Depkes RI (2010) mengeluarkan aturan petunjuk teknis pemberantasan sarang nyamuk dengan tujuan meningkatkan peran serta siswa sekolah menjadi jumentik dalam memberantas sarang nyamuk di sekolah. Tugasnya adalah memeriksa tempat penampungan air bersih yang ada di lingkungan sekolah (bak mandi, kolam, dll) apakah ada jentik nyamuk atau tidak (Hendrawati et al., 2020).



Tabel 7. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Tidak Merokok Di Lingkungan sekolah

Perilaku tidak Merokok di Lingkungan Sekolah	Jumlah	Persentase
		%
Baik	37	60,7
Kurang	24	39,3
Total	61	100

Berdasarkan data pada tabel 7, Menunjukkan bahwa sebanyak 37 orang siswa (60,7%) yang berperilaku baik tidak merokok di lingkungan sekolah dan sebanyak 24 orang siswa (39,3%) yang berperilaku kurang pada indikator tidak merokok di lingkungan sekolah.

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait perilaku tidak merokok di lingkungan sekolah termasuk dalam kategori baik (60,7%). Seluruh siswa sekolah dasar di SDI Tamamaung I tidak merokok dan ada aturan dilarang merokok di sekolah. Terdapat perilaku kurang (39,3%) dalam indikator tidak merokok di sekolah karena siswa tidak menutup hidung ketika berada di dekat orang yang merokok dan tidak menghindari orang yang merokok. Walaupun ada aturan larangan merokok di lingkungan sekolah tapi masih ada juga orang yang merokok seperti orang tua siswa yang merokok di lingkungan sekolah ketika menjemput anaknya pulang sekolah. Siswa anak sekolah tidak menutup hidung dan menghindar ketika ada yang merokok di lingkungan sekolah disebabkan karena kurangnya pengetahuan tentang bahaya asap rokok bagi kesehatan.

Menurut Wardoyo (1996) bahwa asap rokok yang dihembuskan oleh perokok aktif dan terhirup oleh perokok pasif (orang yang tidak merokok tapi menghirup asap rokok), asap rokok yang dihembuskan itu lima kali lebih banyak mengandung karbon monoksida serta empat kali lebih banyak mengandung tar dan nikotin (Ashari, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Noverawati et al., 2012) yang menunjukkan bahwa siswa yang tidak merokok di lingkungan sekolah hampir seluruh responden sebanyak 95 responden atau 95%. Banyak siswa tidak mengetahui kandungan zat kimia yang berbahaya pada rokok, dampak bahaya merokok pada paru-paru dan dampak bahaya merokok terhadap kesehatan jantung manusia. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi hal tersebut, seperti faktor pengetahuan dan pendidikan, faktor kebiasaan orang tua merokok, faktor pola hidup yang kurang sehat, serta faktor lingkungan (Ma'ruf, 2015).

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Melakukan Penimbangan Badan dan Pengukuran Tinggi Badan

Perilaku Melakukan Penimbangan Badan dan Pengukuran Tinggi Badan	Jumlah	Persentase
		%
Baik	44	72,1
Kurang	17	27,9
Total	61	100

Bedasarkan tabel 8, menunjukkan bahwa sebanyak 44 orang siswa (72,1%) yang berperilaku baik dan terdapat 17 orang siswa (27,9%) yang berperilaku kurang dalam indikator penimbangan badan dan pengukuran tinggi badan.



Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait perilaku melakukan penimbangan badan dan pengukuran tinggi badan termasuk dalam kategori baik (72,1%). Hal ini disebabkan karena penimbangan badan dan pengukuran berat badan sering dilaksanakan di sekolah setiap 6 bulan dan dilakukan pencatatan serta pelaporan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Hendrawati et al., 2020) yang menunjukkan perilaku menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan menunjukkan bahwa hampir seluruhnya siswa/siswi sudah berperilaku baik dalam menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan sebanyak 241 orang siswa atau sebanyak 76,0%.

Menurut Depkes RI (2010) bahwa kegiatan menimbang badan dan mengukur tinggi badan dilakukan untuk melakukan perbandingan berat badan dan tinggi badan siswa dengan standar berat badan dan tinggi badan yang telah ditetapkan, sehingga dapat diketahui pertumbuhan dan perkembangan anak, dengan diketahuinya tingkat pertumbuhan dan perkembangan anak maka dapat memberikan masukan untuk peningkatan konsumsi makanan yang bergizi bagi pertumbuhan anak (Hendrawati et al., 2020).

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Indikator Perilaku Membuang Sampah pada Tempatnya

Perilaku Membuang Sampah pada Tempatnya	Jumlah	Persentase
		%
Baik	45	73,8
Kurang	16	26,2
Total	61	100

Berdasarkan pada tabel 9, menunjukkan bahwa sebanyak 45 orang siswa (73,8%) menunjukkan perilaku baik membuang sampah pada tempatnya dan sebanyak 16 orang siswa (26,2) yang berperilaku kurang dalam membuang sampah pada tempatnya.

Dari hasil data diatas menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih sehat terkait perilaku membuang sampah pada tempatnya termasuk dalam kategori baik (73,8%). Hal ini disebabkan karena siswa sekolah dasar selalu membuang sampah pada tempatnya, tidak membiarkan sampah menumpuk didalam kelas, membuang sampah pada tempat sampah yang berbeda (sampah organik dan sampah non organik), serta selalu tersedia tempat sampah yang tertutup (ada penutupnya).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Hendrawati et al., 2020) bahwa perilaku siswa dalam indikator membuang sampah pada tempatnya menunjukkan perilaku baik sebanyak 223 siswa atau 70,3%.

Menurut (Karmini, 2016) Membiasakan membuang sampah pada tempat sampah yang tersedia akan sangat membantu anak sekolah/guru/masyarakat sekolah terhindar dari berbagai kuman penyakit.

## SIMPULAN

Hasil penelitian mengenai gambaran perilaku hidup bersih dan sehat siswa anak sekolah menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang baik meliputi perilaku mencuci tangan pakai sabun di air mengalir (88,5%), perilaku mengkonsumsi jajanan sehat di sekolah (88,5%), perilaku menggunakan jamban sehat dan bersih (86,9%), perilaku melakukan olahraga yang teratur dan

terukur (83,6%), perilaku tidak merokok di sekolah (60,7%), perilaku membuang sampah di tempatnya (73,8%) dan perilaku melakukan penimbangan badan dan pengukuran berat badan (72,1%). Adapun untuk perilaku pemberantasan jentik nyamuk disekolah masih ada yang berperilaku buruk (59,0%).

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, U. N. (2015). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Anak terhadap Perilaku Pemilihan Makanan Jajanan yang Sehat di SD Muhammadiyah 16 Karangasem Surakarta. *Husada Mahakam : Jurnal Kesehatan*, 10(2), 145–155.
- Apriliansa, A. (2016). Pelaksanaan Perilaku Sehat Pada Anak Usia Dini Di PAUD Purwomukti Desa Batur Kecamatan Getasan. *Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 264–272.
- Ashari, N. (2017). *Tingkat Pemahaman Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa Kelas Atas SD Negeri Kawunganten 07 Kecamatan Kawunganten Kabupaten Cilacap*.
- Azizah, I., & Herlinawati, H. (2020). Perbedaan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebelum Dan Sesudah Penyuluhan. *Jurnal Kesehatan*, 5(2), 583–588. <https://doi.org/10.38165/jk.v5i2.176>
- Citrawati, A. P., Faidah, N., & Oktaviani, N. P. W. (2020). *USIA SEKOLAH DALAM PEMILIHAN MAKANAN JAJANAN Studi dilakukan di SDN 2 Bhuangiri Kabupaten Karangasem Bali Relationship of Knowledge Levels With School Age Behavior in Selection of Food Services*.
- Fauziah, A. A., Nikmawati, E. E., & Patriasih, R. (2014). Studi tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sdn sukarasa 3. *Jurnal Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 3(1), 31–37.
- Fitriani, V. (2018). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri 20 Tanjung Lago Kabupaten Banyuwangi. In *Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Ilmu Kesehatan Masyarakat. Universitas Sriwijaya*.
- Hendrawati, S., Rosidin, U., & Astiani, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa/siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN). *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(1), 295. <https://doi.org/10.32584/jpi.v4i1.454>
- Karmini, K. (2016). Gambaran Penerapan PHBS Pada Anak Usia Sekolah Di SDN 01 POASIA Kota Kendari [Politeknik Kesehatan Kendari]. In *Ucv: Vol. 1 (Issue 02)*. [http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/10947/Miñano Guevara%2C Karen Anali.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/3346/DIVERSIDAD DE MACROINVERTEBRADOS ACUÁTICOS Y SU.pdf?sequence=1&isAllowed=y](http://dspace.unitru.edu.pe/bitstream/handle/UNITRU/10947/Miñano%20Guevara%20Karen%20Anali.pdf?sequence=1&isAllowed=y%0Ahttps://repository.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/3346/DIVERSIDAD%20DE%20MACROINVERTEBRADOS%20ACUÁTICOS%20Y%20SU.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Lase, Y. (2019). *Hubungan Perilaku Hidup dan Sehat (PHBS) Dengan Kesehatan Lingkungan Di SDN NO.065013 Medan Selayang Tahun 2019 (Vol. 2, Issue 065013)*.
- Lestari, S. N., Hartati, E., & Supriyono, M. (2016). Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) disekolah pada siswa SD kembangarum 02 semarang barat. *2 Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK), Maret*, 1–10.
- Ma'ruf, A. (2015). Tingkat Pengetahuan Tentang Bahaya Merokok Pada Siswa Kelas V SD Negeri Pucung LOR 02 Kecamatan Kroya Kabupaten Cilacap. In *Ekp (Vol. 13, Issue 3)*.
- Menkes RI. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2269 TAHUN 2011 Tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)*.
- Messakh, S. T., Purnawati, S. S., & Panuntun, B. (2019). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Bancak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(1), 136. <https://doi.org/10.26751/jikk.v10i1.477>
- Noverawati, R., Setiawan, R., & Indarna, A. A. (2012). Gambaran pelaksanaan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tatanan sekolah di SDN Hegarmanah 1 Desa Hegarmanah Kecamatan Jatinangor Kabupaten Sumedang. *Bhakti Kencana Medika*, 2(4).
- Pauzan, P., & Fatih, H. Al. (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Cuci Tangan Siswa Di Sekolah Dasar Negeri Kota Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 5(1), 18–23.
- Rosidi, A., Handarsari, E., & Mahmuda, M. (2010). Hubungan Kebiasaan Cuci Tangan dan Sanitasi Makanan

Dengan Kejadian Diare Pada Anak SD Negeri Podo 2 Kecamatan Kedungwuni Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 228(5), 497–501. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2796.1990.tb00269.x>

Supriyatno, S., Taflati, H., Syaifuddin, M. A., Retno, P., Laela, S., Tuasikal, S., Munajat, R., Diah, A., Afifa, S., Tjandra, L., & Pramono, I. (2021). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi COVID-19*. Direktorat Sekolah Dasar Direktorat Jenderal Pendidikan Anak Usia Dini, Pendidikan Dasar dan Pendidikan Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi : Jakarta.

Syarifuddin, D. A. (2017). *Effect of Knowledge and Attitude on Clean and Healty Behavior At Inpres Tamalanrea 1 Primary School*. Universitas MUhammadiah Makassar.

Wokas, A. (2018). *Gambaran Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Negeri Gumpang 01 Kartasura Sukaharjo Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada*. 3–15.

Yunita, M., Astuti, E., Asmin, E., Morgan, O., & Nurdin, S. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Masyarakat Untuk Mencegah Penyebaran Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Akademisi*, 1(2), 52–59. <https://doi.org/10.54099/jpma.v1i2.152>