

EFEKTIFITAS PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SDN 2 SUKA BUMI

**Dhiny Easter Yanti, Christin Angelina F, Fitri Ekasari,
Ida Maya Meika S, Dinda Rachma S, Desna Sari Putri, Zahra Shafa A**

Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Kesehatan Masyarakat,
Universitas Malahayati Bandar Lampung
idamayamks@gmail.com

Abstract

Clean and healthy living behavior in schools is a behavior carried out by teachers, students and the school community. This is done in order to be able to prevent disease, improve health, and play an active role in creating a healthy environment. The benefits of PHBS are to increase public awareness so that people are willing and able to live a clean and healthy life. The purpose of counseling on Clean and Healthy Behavior is to increase students' insight and knowledge so that they know and are able to practice PHBS and can play an active role in creating healthy schools for fifth grade students at SDN 2 Sukabumi. The method used in this counseling is a quasi-experimental design with a one group pre test and post test approach. After completing the pre-test and post-test, the results of this study showed that the level of knowledge decreased from 8.35% to 8.13% for the attitude level there was an increase from 30.96% to 34.00% and for the level of behavior there was an increase from 17.47% to 18.78% with a total population of 23 students in grade V. The conclusion obtained from this counseling is that the results of the dependent t analysis do not have an impact on students' knowledge. This is evidenced by the presence of an average pre-test value of 8.35 and a post-test of 8.13 on the dependent test.

Keywords: Counseling, Clean and Healthy Life Behaviour (CHLB), knowledge, attitude, behavior.

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah merupakan sebuah perilaku yang dilakukan guru, murid dan masyarakat lingkungan sekolah. Hal tersebut dilakukan agar mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat. Adapun manfaat PHBS yaitu guna meningkatkan kesadaran masyarakat sehingga masyarakat mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat. Tujuan dilakukannya penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk meningkatkan wawasan dan pengetahuan siswa agar mengetahui dan mampu mempraktikkan PHBS serta dapat berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat pada pelajar kelas V di SDN 2 Sukabumi. Metode yang digunakan dalam penyuluhan ini yaitu dengan desain quasi eksperimen dengan pendekatan One group pre test dan post test. Setelah mengisi pre test dan post test hasil penelitian ini menunjukkan tingkat pengetahuan menurun dari 8,35% menjadi 8,13% untuk tingkat sikap terjadi kenaikan dari 30,96% menjadi 34,00% dan untuk tingkat perilaku terdapat kenaikan dari 17,47% menjadi 18,78% dengan total populasi 23 siswa/i kelas V. Kesimpulan yang didapat dari penyuluhan ini yaitu hasil analisis t dependen tidak berdampak pada pengetahuan siswa/siswi. Hal ini dibuktikan berdasarkan terdapatnya nilai rata-rata pre test sebesar 8,35 dan post test 8,13 pada uji t dependen.

Kata kunci: Penyuluhan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Pengetahuan, Sikap, Perilaku.

PENDAHULUAN

PHBS atau yang biasa disebut Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di

sekolah merupakan sebuah perilaku yang dilakukan oleh guru, murid dan masyarakat. Hal ini dilakukan dengan kesadaran hasil dari pembelajaran yang

didapatkan di sekolah. Hal tersebut dilakukan agar dapat mencegah terjadinya penyakit baru yang akan muncul sehingga dapat membentuk lingkungan sekolah sehat. Penyakit yang sering terjadi pada anak usia sekolah biasanya berkaitan dengan PHBS (Pembe, Penyelen and Pand, 2021). Adapun manfaat PHBS yaitu guna membentuk kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat, PHBS penting untuk dilakukan supaya masyarakat dapat tercipta kesadar sehingga dapat mengantisipasi masalah-masalah kesehatan yang muncul di masyarakat guna meningkatkan kualitas hidupnya (RI, 2020).

Indikator dari PHBS sendiri adalah persalinan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan, memberikan bayi ASI Eksklusif, melakukan penimbangan pada bayi dan anak hingga usia enam (6) tahun secara rutin setiap bulan, menggunakan sanitasi air yang bersih, cuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan benar, menggunakan jamban sehat, memberantas jentik nyamuk di rumah sekali seminggu secara rutin, makan makanan yang bergizi dan sehat, melakukan aktifitas fisik setiap hari, dan tidak merokok.(RI, 2020)

Fasilitas CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) menggunakan air mengalir seharusnya disiapkan di beberapa tempat seperti di sekolah, toilet/jamban, kantin, dan ditempat strategis lainnya. Cuci tangan secara teratur terutama sebelum makan dan sesudah makan, setelah menggunakan toilet, setelah menyentuh hewan dan sarana umum, setelah membuang sampah, serta setelah batuk atau bersin. Jadikan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun menjadi budaya sekolah (Pembe, Penyelen and Pand, 2021).

Jajanan sekolah merupakan makanan yang sering di konsumsi oleh

anak-anak khususnya anak SD. Perilaku anak jajan di sekolah sangat beresiko terhadap kesehatannya. Memilih jajanan sembarangan karena belum cukupnya pengetahuan terkait jajanan yang aman menjadikan anak terancam akan dampak kesehatan yang akan dialaminya. (Anjani *et al.*, 2021).

Berdasarkan dari laporan pengawasan Pangan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) yang telah dilakukan oleh BPOM di seluruh Indonesia pada periode 2009-2016 pengajuan PJAS tidak memenuhi Syarat (TMS) dan menyimpan bahan yang rawan seperti bahan tambahan pangan dan cemaran mikroba. Selain itu, penggunaan bahan tambahan pada makanan seperti pemanis buatan, pengawet, pengembang, dan lain sebagainya dan melampaui takaran yang seharusnya dianjurkan (Nadia Syawalina, 2019) Hal ini dapat memicu keracunan pada anak, status gizi anak buruk, mengakibatkan prestasi anak disekolah terganggu (Nurbiyati and Wibowo, 2014)

Sampah merupakan suatu bahan sisa dari hasil aktifitas manusia yang terbuang atau dibuang (Istilah Lingkungan Untuk Manajemen, Ecolink 1996), menurut Dr.Tanjung sampah ialah sesuatu yang sudah tidak lagi berguna bagi pemiliknya lalu dibuang ke tempat sampah atau TPA (Tempat Pembuangan Akhir). Sedangkan menurut Undang-Undang No.18 Tahun 2008 tentang Pengelolaan Sampah, sampah adalah sisa kegiatan sehari-hari manusia dan/atau proses alam yang berbentuk padat dan sampah spesifik adalah sampah yang karena sifat, konsentrasi, dan/atau volumenya memerlukan pengelolaan khusus.

Menurut Rudarti 2010, permasalahan kebijakan dalam pengelolaan sampah yang terjadi di sekolah saat ini belum mencapai lembaga sekolah (Rudarti, 2010). Salah

satu capaian sekolah yang sehat iyalah berwawasan lingkungan yang tidak terlepas dari pola pengelolaan sampah maupun limbah yang baik (Andry, 2009).

Menurut Kemenkes (2013), sekolah yang lebih dulu melakukan PHBS hanya 22,5% dari target nasional yang di tentukan oleh institusi pendidikan yaitu sebesar 70%. Pada penelitian sebelumnya disebutkan bahwa prevalensi PHBS tahun 2016 di sekolah yang ada di Sumatera Selatan sebanyak 35,2%, sedangkan untuk Prevalensi PHBS sekolah di Kabupaten Banyuasin tahun 2016 sebanyak 28,6%. Kecamatan Tanjung Lago merupakan kecamatan dengan presentase yang mendapatkan PHBS yang paling rendah.

METODE

Pengabdian ini dilakukan dengan desain *quasi eksperimen* pada satu kelas yang diberikan intervensi penyuluhan, dengan pendekatan *One group pre test dan post test*. Instrument pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada siswa/I kelas V SD Negeri 2 Sukabumi. Populasi pada kegiatan pengabdian ini adalah siswa/I kelas V dengan jumlah 22 orang. Kegiatan pengabdian ini menggunakan media power point kelompok intervensi penyuluhan terkait PHBS pada kelas V SD Negeri 2 Sukabumi dengan poin-poin pembahasan seperti CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun), jajanan sehat dan di larang buang sampah sembarangan dengan media power point.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Pembahasan Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	Jumlah	Presentase
Jenis Kelamin	Laki-Laki	11	47.8%
	Perempuan	12	52.2%
Usia	10	11	47.8%
	11	11	47.8%
	12	1	4.3%

Berdasarkan karakteristik responden didapatkan hasil bahwa terdapat 23 siswa/I yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat dengan 11 laki-laki dan 12 perempuan. Rentan usia yang mengikuti kegiatan pengabdian adalah 10 hingga 12 tahun, sebanyak 11 siswa berusia 10 tahun , 11 siswa berusia 11 tahun dan 1 siswa berusia 12 tahun.

B. Hasil dan pembahasan analisis bivariat

Tabel 2. Analisis Bivariat

Variabel	Kategori	Jumlah		Presentase	
		Pre test	Post test	Pre test	Post test
Pengetahuan	Kurang	0	0	0	0
	Cukup	6	5	26.1%	21.7%
	Baik	17	18	73.9%	78.3%
Sikap	Kurang	8	1	34.8%	4.4%
	Cukup	12	15	52.2%	65.2%
Perilaku	Baik	3	7	13.3%	30.4%
	Kurang	1	0	4.3%	0%
	Cukup	17	9	73.9%	39.1%
	Baik	5	14	21.7%	60.9%

Berdasarkan Tabel 2. Didapatkan hasil analisis bivariat dengan tiga variabel yaitu pengetahuan, sikap dan perilaku. Berdasarkan variabel pengetahuan didapatkan hasil pre tes yaitu 6 atau 26,1% siswa berpengetahuan cukup dan 17 atau 73,9% siswa berpengetahuan baik, sedangkan untuk hasil post test terdapat 5 siswa berpengetahuan cukup atau sekitar 21,7% dan 18 atau sekitar 78,3%

berpengetahuan baik. Untuk variabel sikap didapatkan data dengan hasil pre tes 34,8% (8) siswa dengan kategori kurang, 52,2% (12) siswa dengan kategori cukup, dan 13% (3) siswa dengan kategori baik. Sedangkan untuk hasil post test di dapatkan data 4,4% (1) siswa dengan kategori kurang, 65,2% (15) siswa dengan kategori cukup dan 30,4% (7) siswa dengan kategori baik. Pada variabel perilaku didapatkan hasil pre tes dengan 4,3% (1) siswa berperilaku kurang, 73,9% (17) siswa berperilaku cukup dan 21,7% (5) siswa berperilaku baik. Sedangkan untuk hasil post tes terdapat 39,9% (9) siswa berperilaku cukup dan 60,9% (14) siswa berperilaku baik.

C. Hasil dan Pembahasan Uji T-Dependen

Tabel 3. Analisis Pengetahuan

Pengetahuan	Mean	SD	Min-max	95% CL	Nilai p
Pre test	8,35	1.20	6-10	0.30-0.73	0.396
Post test	8,13		7-9		

Dari hasil analisis *t dependen* didapatkan hasil bahwa hasil penyuluhan yang dilakukan terkait PHBS tidak berdampak pada pengetahuan siswa/I di SDN 2 Sukabumi hal ini dibuktikan berdasarkan hasil uji *t dependen* diperoleh data dengan nilai rata-rata *pre tes* sebesar 8,35 dengan nilai minimum 6 dan maksimum 10 dan post tes 8,13 dengan nilai minimum 7 dan maksimum 9 dengan nilai *p value* 0,39 atau *p value* >0,05 dengan kepercayaan 95% terdapat penurunan nilai rata-rata siswa di kelas V tersebut dengan *p value* > 0,05 yang berarti bahwa penyuluhan yang dilakukan tidak mempengaruhi perubahan pengetahuan siswa tersebut. Penelitian ini tidak

sejalan dengan penelitian sebelumnya, dalam penelitian terdahulu di peroleh hasil bahwa pengetahuan siswa SDN Kampung Dalam pada kelas V mengalami peningkatan dengan kategori baik setelah diberikannya intervensi penyuluhan. Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam hal ini adalah pendidikan seperti hubungan timbal balik atau adanya komunikasi dua arah antara pemateri dengan murid sehingga murid lebih kooperatif dan mudah dalam menerima materi yang diberikan (Yunizar, Harahap and Design, 2018). Menurut Muspita *et al.*, (2021) peningkatan pengetahuan terkait PHBS dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan yang continue baik dari pihak luar maupun pihak sekolah itu sendiri. Dalam hal ini peran keluarga juga tidak kalah pentingnya dalam memberikan pendidikan kesehatan terkait PHBS.

Tabel 4. Analisis Sikap

Sikap	Mean	SD	Min-max	95% CL	Nilai p
Pre test	30.96	3.54	25-37	4.57-1.50	0.000
Post test	34.00		29-40		

Dari hasil uji *t dependen* didapatkan hasil nilai *mean* pada *pre tes* sebesar 30,96 dengan nilai minimum sebesar 25 dan nilai maksimum sebesar 37 dan post test 34,00 dengan nilai minimum 29 dan maksimum 40 dengan kepercayaan 95% dan nilai *p value* <0.05. Terdapat perbedaan pada nilai *mean* sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan hal ini berarti bahwa penyuluhan terkait PHBS berhasil merubah sikap siswa di SDN 2 Sukabumi. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa intervensi yang diberikan dengan baik dapat menyebabkan perubahan sikap yang

baik (Yunizar, Harahap and Design, 2018).

Tabel 5. Analisis Perilaku

Perilaku	Mean	SD	Min-max	95% CL	Nilai p
Pre test	17.47	1.14	14-19	2.79-0.80	0.000
Pos test	18.78		17-20		

Dari hasil uji *t* dependen didapatkan hasil nilai *mean* pada *pre tes* sebesar 17,47 dengan nilai minimum 14 dan nilai maksimum 19 dan *post test* 18,78 dengan nilai minimum 17 dan maksimum 20 dengan kepercayaan 95% dan nilai *p* value <0.05. Terdapat perbedaan pada nilai *mean* sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan hal ini berarti bahwa penyuluhan terkait PHBS berhasil merubah perilaku siswa di SDN 2 Sukabumi. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yunizar, et al (2018) bahwasanya terbentuk perubahan perilaku kearah yang lebih baik setelah adanya intervensi.

DOKUMENTASI



Gambar 1. Dosen memberikan arahan sebelum materi disampaikan



Gambar 2. Siswa/siswi mengisi lembar kuesioner yang telah diberikan



Gambar 3. Siswa /siswi mempraktekkan langkah-langkah cuci tangan



Gambar 4. Dokumentasi bersama siswa/siswi dan dosen

SIMPULAN

1. Hasil penyuluhan yang di lakukan di SDN 2 Sukabumi terkait PHBS mendapatkan hasil analisis *t* dependen yaitu, tidak berdampak pada pengetahuan siswa/siswi. Hal ini dibuktikan berdasarkan terdapatnya nilai rata-rata pre test sebesar 8,35 dan post test sebesar 8,13 pada uji *t* dependen.
2. Pada penyuluhan di SDN 2 Sukabumi terkait PHBS ini berhasil merubah sikap dan perilaku siswa/siswi dalam menerapkan PHBS di sekolah. Hal ini dikarenakan terdapatnya perbedaan pada nilai *mean* sebelum dan sesudah dilakukannya penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjani, D. *et al.* (2021) 'Hubungan Pemilihan Jajanan Sehat Dalam Mengembangkan Perilaku Hidup Sehat Pada Siswa Kelas IV Sekolah Dasar', *Jurnal Pedagogik Pendidikan Dasar*, 8(2), pp. 87–94.
- Herawati, C. *et al.* (2019) 'Peran Promosi Kesehatan Terhadap Perbaikan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Membuang Sampah Pada Siswa Sekolah Menengah Atas', *Dimasejati: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), pp. 40–51. doi: 10.24235/dimasejati.v1i1.5397.
- Nadia Syawalina, A. (2019) 'Peningkatan Pengetahuan Pangan Jajanan Sehat Melalui Promosi Kesehatan Dengan Media Asli Pada Siswa Sekolah Dasar', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(2), pp. 141–146. Available at: <https://jikm.upnvj.ac.id/index.php/home/article/view/22>.
- Nurbiyati, T. and Wibowo, A. H. (2014) 'Pentingnya Memilih Jajanan Sehat Demi Kesehatan Anak', *Jurnal Inovasi dan Kewirausahaan*, 3(3), pp. 192–196. Available at: <https://journal.uui.ac.id/ajie/article/view/7832>.
- Pembe, G., Penyelan, U. and Pand, P. M. (2021) 'Perilaku hidup sehat 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 Menengah Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi 2021*, pp. 1–22.
- RI, K. (2020) 'Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) penguatan kapabilitas anak dan keluarga', *Direktorat Rehabilitas Sosial Anak*, pp. 1–14.