

Penyuluhan PHBS Pada Anak Sekolah Dasar di SDN 1 Dukuhmencek Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah

Cahya Tribagus Hidayat^{1*}, Noviyanti Citra A¹, Fawzi Nurrahman¹, Nafilatulbalqis¹, Choiria Firdatul U¹, Zunanda Handrie L¹, Dwi Puji Lestari¹, Rosidawati Ningsih¹, Dwi Resti Alfioni¹, Arifah Retno H¹, Tri Mukti Wulandari¹, Intan Yuniar Damayanti¹, Trisya Bella F¹

¹Universitas Muhammadiyah Jember

cahyatribagus@unmuhjember.ac.id

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan langkah yang harus dilakukan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap orang. Kondisi sehat tidak serta merta terjadi, tetapi harus senantiasa diupayakan dari yang tidak sehat menjadi hidup yang sehat serta menciptakan lingkungan yang sehat. Pemberian penyuluhan terkait Perilaku Hidup bersih sehat (PHBS) di sekolah diharapkan dapat menjadi upaya meningkatkan pengetahuan siswa akan pentingnya melakukan upaya Perilaku Hidup bersih sehat dalam kehidupan sehari-hari dan di lingkungan sekolah, sekaligus memberikan pengetahuan bagaimana cara merealisasikannya sehingga bisa terwujud perilaku siswa yang peduli akan kesehatan.

Kata Kunci: PHBS, anak sekolah, pengetahuan, sikap

Abstract

Clean and healthy living behavior (PHBS) is a step that must be taken to achieve optimal health status for everyone. Healthy conditions do not necessarily occur, but efforts must always be made to transition from an unhealthy to a healthy life and create a healthy environment. Providing counseling related to Clean and Healthy Behavior (PHBS) in schools is expected to be an effort to increase students' knowledge of the importance of carrying out Clean and Healthy Behavior efforts in daily life and in the school environment, as well as provide knowledge on how to make it happen so that caring student behavior can be realized.

Keywords: PHBS, school children, knowledge, attitude

Corresponding Author
Nama : Cahya Tribagus Hidayat
Email :
cahyatribagus@unmuhjember.ac.id



This is an open access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Copyright (c) 2023 by Author(s)

I. PENDAHULUAN

Sekolah merupakan tempat terjadinya proses pembelajaran anak didik untuk mempelajari ilmu pengetahuan tentang teknologi, seni budaya, nilai dan norma dalam kehidupannya. Sekolah tidak hanya sebagai tempat proses belajar saja, tetapi sebagai tempat untuk memperkenalkan sebuah perilaku salah satunya perilaku hidup bersih dan sehat anak tingkat usia sekolah dasar (Lina, 2017). Menurut Bloom (1974), derajat kesehatan dipengaruhi oleh 4

faktor yaitu faktor lingkungan, faktor perilaku, faktor ke-turunan dan faktor pelayanan kesehatan. Dari keempatfaktor tersebut, faktor kedua, yaitu faktor perilaku sangat berpengaruh dalam kesehatan seseorang, terutama dalam penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) baikdilingkungan pribadi, keluarga, maupun masyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan sebuah tingkah laku mengenai kesehatan yang dilakukan untuk dapat menolong diri sendiri dan anggota keluarganya dalam bidang kesehatan dan ikut serta bertugas aktif dalam aktivitas kesehatan di masyarakat (Saputri and Suryati, 2019). Perilaku Hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan langkah yang harus dilakukan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap orang. Pada siswa kelas VI SDN 1 Dukuhmencek diberikan edukasi Perilaku Hidup bersih dan sehat (PHBS) agar siswa selalu ingat dan menerapkan pada kebiasaan sehari-hari baik di sekolah maupun diluar sekolah dan dapat menjadi contoh kepada adik kelas dibawahnya sehingga tercipta lingkungan sekolah bersih dan sehat.

Menurut salah satu guru yang di wawancara saat pengkajian berkata jika memang ada kegiatan bersih-bersih setiap hari jum'at, kegiatan ini dilakukan agar para siswa menjaga lingkungan tetap bersih dan mengingatkan siswa untuk selalu menjaga kebersihan diri sendiri dan lingkungan. Seiring bertambahnya usia, pengetahuan anak usia sekolah akan semakin meningkat dan keahlian yang dikuasai akan semakin beraneka ragam. Pada masa ini ketertarikan anak berfokus pada segala sesuatu yang sifatnya dinamis. Usia sekolah adalah tahap kejayaan dalam menerapkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga anak memiliki kemampuan menjadi agen perubahan dalam meningkatkan PHBS di wilayah sekolah, keluarga, maupun masyarakat (Nasiatin et al., 2021). Namun kenyataannya para siswa terkadang masih sering lupa untuk menjaga kerapian dan kebersihan sekolah.

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diharapkan dapat mengingatkan siswa untuk selalu menjaga kebersihan tidak hanya dilingkungan sekolah tapi juga diluar sekolah. Penyuluhan diberikan dengan cara menyisipkan kuis berhadiah agar siswa tertarik dan lebih mudah memahami materi yang diberikan. Secara nasional PHBS sekolah meliputi 8 indikator antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, penggunaan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan tinggi badan setiap 6 bulan sekali dan membuang sampah pada tempatnya (Kemenkes RI, 2011). Pembinaan dari petugas kesehatan perlu dilakukan agar siswa mempunyai bekal pengetahuan untuk meningkatkan tentang pentingnya melaksanakan PHBS. Sedangkan guru UKS perlu memberikan bimbingan secara langsung dan memberikan pemahaman secara berulang agar siswa terbiasa melaksanakan hidup sehat.

II. METODE

Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan ini dilaksanakan di SDN 1 Dukuhmencek Desa Dukuhmencek Kecamatan Sukorambi-Jember. Kegiatan dilakukan pada tanggal 3 April 2023. Rincian dari kegiatannya dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Persiapan
Persiapan dimulai dari meminta ijin terlebih dahulu kepada pihak sekolah pada hari sabtu tanggal 1 April 2023 Kemudian pada hari sabtu dan minggu tanggal 1 – 2 April 2023 kami menyiapkan proposal, undangan dan juga materi penyuluhan berupa leaflet, ppt dan audio visual.
2. Pelaksanaan Kegiatan
Kegiatan penyuluhan dimulai pada hari senin 3 April 2023 kepada semua siswa kelas VI SDN 1 Dukuhmencek. Materi penyuluhan yang diberikan oleh Choiria Firdatul Ulfa dan Zunanda Handrie Lukman terdiri dari pengertian, indicator, tujuan, manfaat PHBS dan 6 langkah cuci tangan dengan praktik secara langsung. Materi disampaikan menggunakan media leaflet dan penggunaan audio visual. Metode yang digunakan adalah *pretest* dan *posttest* untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan.
3. Evaluasi
Evaluasi dari kegiatan ini yaitu penyuluhan yang dilakukan pada hari senin, 03 April 2023 di SDN 1 Dukuhmencek dimulai tepat waktu, acara yang dijadwalkan dimulai pada pukul 08.00 WIB namun saat acara berlangsung terdapat beberapa siswa yang ijin untuk daftar ke SMP membuat beberapa kali acara terhambat hambat karena siswa yang dipanggil oleh wali/guru. Lokasi sekolah yang berada tepat di pinggir jalan raya juga membuat fokus peserta sedikit terganggu karena banyak kendaraan yang melintas. Siswa terlihat sangat antusias saat penyampaian materi..

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini tabel yang menunjukkan hasil pree test dari pola hidup sehat :

Tabel 1. Hasil PreTest

Kategori	PreTest	%
Kurang	6	12.5
Cukup	41	85.4
Baik	1	2.1
Total	48	100

Tabel 1 menunjukkan hasil pretest didapatkan hasil perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah menunjukkan kategori penilaian cukup (85.4%) dan kurang (12.5%). Hal ini menunjukkan pengetahuan dan perilaku siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah mayoritas dalam kategori cukup dan kurang sehingga perlu dilakukan upaya penyuluhan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya PHBS.



Gambar 1. Pelaksanaan PreTest tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 1 Dukuhmencek

Tabel 2. Hasil PostTest

Kategori	PreTest	%
Kurang	-	-
Cukup	7	14.6
Baik	41	85.4
Total	48	100

Tabel 2 menunjukkan hasil pelaksanaan posttest dimana dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah SDN 1 Dukuhmencek setelah dilakukan penyuluhan mengenai indikator PHBS yang meliputi Kebersihan Tubuh, Kebersihan Lingkungan dan 6 Langkah Cuci Tangan, berada pada kriteria baik (85.4%) dan cukup (14.6%).



Gambar 2. Pelaksanaan PostTest tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 1 Dukuhmencek

Tabel 3. Analisis Hasil PreTest dan PostTest Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Rata-Rata Hasil PreTest	Rata-Rata Hasil PostTest	P-value
0.371	0.357	0.000

Tabel 3 menjelaskan bahwa hasil perhitungan uji *t-test* didapatkan nilai *p value* sebesar 0.000 yang berarti terdapat peningkatan pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah SDN 1 Dukuhmencek.

Setelah dilakukan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan 6 Langkah Cuci Tangan pada anak usia sekolah dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dapat meningkatkan kesadaran siswa untuk melakukan perilaku hidup bersih dan sehat, dan meningkatkan pengetahuan serta meminimalkan gejala akibat perilaku hidup yang tidak bersih dan tidak sehat. Pada gambar di bawah ini, merupakan kegiatan mempraktikkan secara langsung salah satu indikator PHBS di sekolah yaitu 6 langkah cuci tangan, dimana siswa diminta untuk melakukan cuci tangan di wastafel sekolah menggunakan 6 langkah cuci tangan yang benar.



Gambar 3. Pelaksanaan Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yaitu 6 Langkah Cuci Tangan di SDN 1 Dukuhmencek

Pemberian penyuluhan dilakukan dengan media leaflet dan audio visual dapat menarik perhatian anak dan mempermudah anak dalam memahami materi yang disampaikan dan mengubah perilaku anak dalam mencapai status kesehatan yang optimal. Menurut Mulyadi et al., (2018) menyatakan salah satu faktor predisposisi terjadinya perilaku seseorang adalah pengetahuan. Meningkatkan pengetahuan anak sekolah dengan memberikan edukasi kesehatan menggunakan video merupakan sebuah pilihan yang penting untuk membentuk perilaku seseorang.

Hasil penyuluhan menunjukkan bahwa pada saat sebelum dilakukan penyuluhan, hasil *pretest* menunjukkan kategori kurang, dimana sebagian besar siswa kurang mengetahui apa saja indikator PHBS, pada saat mencuci tangan tidak melakukan Langkah membersihkan ujung jari dengan saling mengunci, memutar ibu jari dan melatukkan ujung jari pada telapak tangan kemudian menggosok secara perlahan. PHBS merupakan faktor kedua terbesar setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok, atau masyarakat. Perilaku ini menyangkut pengetahuan akan pentingnya kebersihan perorangan, sikap dalam menanggapi

penyakit serta tindakan yang dilakukan dalam menghadapi suatu penyakit atau permasalahan kesehatan lainnya (Notoatmodjo, 2010).

Setelah dilakukan intervensi penyuluhan PHBS, hasil posttest menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa dalam kategori baik mengenai indikator PHBS yang meliputi kebersihan tubuh, kebersihan lingkungan dan 6 langkah cuci tangan, dimana siswa juga menyadari bahwa cuci tangan tidak hanya membasahi telapak tangan saja namun juga harus menggunakan sabun dan dilakukan dengan langkah yang tepat. Hal ini juga sejalan dengan penelitian oleh Mustar et al., (2018) dimana setelah dilakukan upaya edukasi pentingnya berperilaku, bersikap serta bertindak dalam menerapkan pola hidup bersih dan sehat terlihat bahwa terjadi peningkatan baik dari segi pemahaman, sikap maupun tindakan murid SD N Tandes Kidul I. Penyuluhan PHBS tentang cuci tangan memberikan dampak yang positif terhadap pengetahuan dan perilaku siswa. Hal tersebut dibuktikan dengan pengetahuan siswa tentang mencuci tangan menggunakan sabun dan dengan langkah yang tepat menjadi meningkat (Marantika and Dwihestie, 2020).

IV. KESIMPULAN

Penyuluhan ini diharapkan dapat membantu program sekolah untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan siswa dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Diharapkan siswa kelas 6 dapat memberikan motivasi dan menjadi role model pelaksanaan PHBS sekolah bagi adik-adik kelasnya sehingga Pengetahuan, Sikap dan Perilaku PHBS siswa di SDN 1 Dukuhmencek seluruhnya baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat dan hidayah Nya sehingga kami dapat menyelesaikan artikel pengabdian masyarakat pada departemen komunitas. Terima kasih kepada Kepala sekolah dan guru yang telah mengizinkan untuk dilakukannya penyuluhan, dan kepada para adik adik siswa kelas VI yang telah meluangkan waktu untuk mengikuti kegiatan penyuluhan serta antusias terkait kegiatan yang diadakan.

DAFTAR PUSTAKA

- Lina, H. P. (2017). 'Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang'. *Jurnal Promkes*, 4(1), 92–103.
- Kemendes RI. (2011). 'Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2011'. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*.
- Marantika, A., and Dwihestie, L. K. (2020). 'The Effect of Health Counseling on Handwashing Technique in Primary Schools'. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 2(3), 217–224. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i3.172>
- Mulyadi, M. I., Warjiman., and Chrisnawati. (2018). 'Efektivitas pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat'. *Jurnal Keperawatan STIKES Suaka Insan*, 3(2), 1–9.
- Mustar, Y. S., Susanto, I. H., and Bakti, A. P. (2018). 'Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar'. 2(21), 1–9.
- Nasiatin, T., Pertiwi, W. E., Setyowati, D. L., and Palutturi, S. (2021). 'The roles of health-promoting

media in the clean and healthy living behavior of elementary school students'. Gaceta Sanitaria, 35, S53–S55. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.12.015>

Saputri, A. A., and Suryati, S. (2019). 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan Menggunakan Audio-Visual Terhadap Pengetahuan Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Pada Anak Kelas Iv Di Mi Jamilurrahman Bantul'. Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan, 14(3), 245. <https://doi.org/10.35842/mr.v14i3.231>