

## Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar Negeri 01 Bantar

Hendy suhendy<sup>1</sup>, Lutfi Nur Iskandar<sup>1\*</sup>, Dayu Putri<sup>1</sup>, Lisma Dwi Putri<sup>1</sup>, Liya Ameliya<sup>1</sup>, Nanda Kamila Sabrina<sup>1</sup>, Pia Yuniar<sup>1</sup>

<sup>1</sup> Departemen Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Bakti Tunas Husada, Tasikmalaya, Indonesia

DOI: <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.265>

### Article Info

Received : 23-06-2023

Revised : 21-09-2023

Accepted : 29-09-2023

**Abstract:** Clean and healthy living behavior (PHBS) is a set of behaviors performed on an awareness basis, helping families, groups or communities to help themselves (independently) in the field of health and contribute to their health. Active role in achieving the common goal, health. The majority of children walk out from their house so when they are at school they have to wash their hands, but they are used to not washing their hands while poor sanitation and hygiene can increase the risk of poisoning or infection. The purpose of this community service activity is to increase the knowledge of Bantar 01 Public Elementary School children regarding the importance of PHBS and proper hand washing. The community service activity method was by lecturing and giving questionnaires. The result of the activity is an influence on the understanding of the material received based on gender.

**Keywords:** PHBS; Hand wash; Counseling

### Citation:

Suhendy, H., Iskandar, lutfi N., Putri, D., Putri, L. D., Ameliya, L., Sabrina, N. K., & Yuniar, P. (2023). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar Negeri 01 Bantar. *INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 90-94. <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.265>

### Pendahuluan

Peningkatan kualitas sumber daya manusia harus dilakukan secara sistematis dan seimbang. Tumbuh kembang yang optimal pada anak usia dini bergantung pada tiga pilar pelayanan, yaitu pemberian gizi, akses terhadap layanan kesehatan dan stimulasi psikososial. Pelayanan kesehatan memiliki dampak yang signifikan terhadap lingkungan, di rumah ataupun di sekolah, sehingga orang tua, wali, dan pendidik harus bahu-membahu menerapkan PHBS secara konsisten (Novitasari et al., 2018).

Model Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan perilaku berbasis kesadaran sebagai bentuk pembelajaran agar individu mampu meningkatkan masalah kesehatannya, baik untuk diri sendiri maupun masyarakat (Wati & Ridlo, 2020). Pelaksanaan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu cara untuk memberikan

pembelajaran kepada setiap individu, anggota keluarga, dan masyarakat (Natsir, 2019).

Pola hidup bersih dan sehat tetap menjadi perhatian tersendiri dari pemerintah untuk saat ini. Pasalnya, PHBS dijadikan tolak ukur kesehatan yang lebih baik dalam program *Sustainable Development Goals* (SDGs) 2015-2030. PHBS dalam SDGs merupakan bentuk pencegahan jangka pendek yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan anggota keluarga, masyarakat, dan sekolah (Kemenkes RI, 2018).

Manfaat dari perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah anak dapat memiliki pola hidup sehat di kemudian hari, artinya kebiasaan masa kanak-kanak yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat tidak mudah hilang pada tahap perkembangan selanjutnya (Mustar et al., 2018). Jika pola hidup sehat diterapkan sejak dini, mereka terbebas dari berbagai penyakit umum seperti batuk/pilek, flek atau TBC,

Email: [Lutfini242@gmail.com](mailto:Lutfini242@gmail.com) (\*Corresponding Author)

diare, demam, campak, infeksi telinga dan penyakit kulit (Wati & Ridlo, 2020).

Menurut DepKes RI, (2014) terdapat delapan indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang harus dicapai di lingkungan sekolah, di antaranya adalah :

1. Mencuci tangan menggunakan air yang mengalir dan memakai sabun
2. Menggunakan toilet dengan bersih dan sehat
3. Mengkosumsi jajanan sehat di kantin sekolah
4. Memberantas tempat jentik nyamuk berada
5. Olahraga yang teratur dan terukur
6. Membuang sampah pada tempatnya serta pada golongan tempat yang sesuai
7. Tidak merokok di sekolah
8. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara rutin minimal satu bulan sekali

Kebersihan diri adalah upaya pribadi untuk menjaga kebersihan diri seperti kebersihan rambut, mulut, gigi, telinga, kuku, kulit dan tangan (Abidah & Huda, 2018). Mencuci tangan merupakan perilaku yang membersihkan bagian telapak, punggung tangan, jari, dan kuku jari. Tujuannya untuk membersihkan kotoran dan membunuh bakteri penyebab penyakit yang berbahaya bagi kesehatan (Julianti, 2018).

Mencuci tangan menggunakan air saja tidak cukup untuk melindungi seseorang dari kuman yang menempel di tangan (Langkapura et al., 2022). Penggunaan sabun untuk mencuci tangan penting dilakukan karena sabun dapat membantu menghilangkan bakteri tak kasat mata seperti minyak/lemak/kotoran di permukaan kulit dan meninggalkan aroma bersih yang menyatu dengan baik dengan parfum. Selain itu, mencuci tangan dengan sabun harus dilakukan dengan gerakan yang baik dan benar agar mencapai kebersihan yang maksimal (Nurmahmudah et al., 2018).

Hal ini menjadi perhatian lebih karena kebersihan dan kesehatan mestinya menjadi kebiasaan sejak kecil agar anak terbiasa. Kebiasaan anak di Sekolah Dasar kurang bisa memahami makna kebersihan yang bisa menimbulkan dampak yang buruk, seperti menularkan penyakit dan dapat mengundang berbagai penyakit contohnya diare (yang disebabkan Bakteri *E.coli*).

Berdasarkan data di atas, maka perlu adanya program konseling melalui penyuluhan berbasis kesehatan untuk mendorong perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah dasar khususnya di Cilacap, antara lain dengan memberikan informasi jajanan sehat, penerapan dan pengaplikasian pola hidup bersih dan sehat di sekolah maupun di rumah kepada siswa sekolah dasar di SD Negeri 01 Bantar.

Sejalan dengan tujuan dilakukannya kegiatan ini agar mengedukasi dan anak-anak SD dapat berperilaku bersih dan sehat dengan sering menerapkan cuci tangan agar terhindar dan bisa menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

## Metode

Penelitian yang dilakukan bertempat penelitian dilakukan di SD Negeri Bantar 01, Jl. Raya Bantar No. 3, Kecamatan Wanareja, Kabupaten Cilacap, Provinsi Jawa Tengah. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan juni 2023. Populasi dalam penelitian ini yaitu anak-anak sekolah dasar yang berumur 9-12 tahun. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling* Sebanyak 23. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer. Data primer diperoleh dengan melakukan *pretest* dan *posttest* pada anak-anak Sekolah Dasar dengan menggunakan kuesioner.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan melalui tahapan proses persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi.

1. Tahap Persiapan. Tahap ini dilaksanakan 15 juni 2023 meliputi kegiatan pembuatan dan presentasi proposal pengabdian masyarakat, survei daerah pengabdian, pengurusan perizinan administrasi, sosialisasi kepada kepala desa, berkoordinasi dengan sekolah di wilayahnya, meninjau data awal, membuat materi, media serta sarana publik untuk kegiatan pelayanan, kepemimpinan, dan informasi bagi dosen dan mahasiswa yang berpartisipasi.
2. Tahap implementasi. Tahap ini berupa kegiatan implementasi langsung kepada mitra pengabdian kepada masyarakat dimulai pada tanggal 26 juni sampai dengan 28 juni 2023 dengan kegiatan edukasi dan penyuluhan cuci tangan menggunakan sabun yang baik dan benar.
3. Tahap evaluasi. Kegiatan pada tahap ini meliputi pengumpulan, input, dan analisis data hasil implementasi.

Pengukuran hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat menggunakan metode *One Groups Pretest Posttest Design*, yaitu pemberian *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah diberi perlakuan. Adapun langkah-langkah metode ini sebagai berikut :

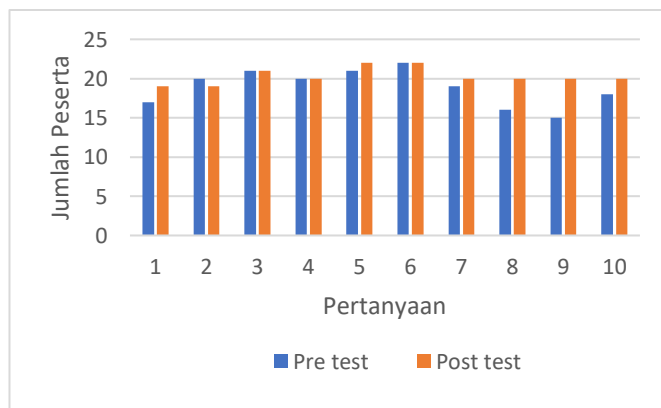
1. Kelompok anak-anak/responden yang menjadi sampel dilakukan *pretest* berupa menjawab kuesioner tentang pengetahuan sebanyak 23 pertanyaan dan kuesioner sikap sebanyak 10 pertanyaan.

2. Setelah dilakukan *pretest* tersebut lalu dilakukan perlakuan pemberian informasi berupa penyuluhan bertempat di SD Negeri Bantar 01.
3. Setelah pemberian informasi kemudian dilakukan *posttest* berupa menjawab kuesioner yang sama seperti kuesioner *pretest*.
4. Melakukan evaluasi dengan membandingkan nilai jawaban benar tentang pengetahuan dan sikap sebelum dan sesudah tes, kemudian menghitung persentase kenaikan nilainya.

## Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat dengan sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di lingkungan sekolah pada anak-anak yang dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 01 Bantar, pada hari Kamis, 15 juni 2023 mulai dari 08:00 - 10:00 WIB dihadiri oleh 23 anak. Adapun anak yang datang memiliki rentang umur sekitar 9 - 12 tahun.

Metode kegiatan pengabdian masyarakat yang digunakan yaitu dengan ceramah dan pembagian kuesioner berupa *pretest* dan *posttest* yang terdiri dari 10 soal bagi setiap anak. Sebelum pemberian materi dilakukan pengisian *pretest* terlebih dahulu. Adapun hasil dari *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada **Gambar 1**.



**Gambar 1.** Hasil Kuisoner (*Pretest* dan *posttest*) kegiatan sosialisasi

Berdasarkan **Gambar 1**, nilai *posttest* secara umum lebih tinggi dibandingkan *pretest*. Pada soal *posttest* dapat dilihat pada nomor 4, 7, 8, 9, dan 10 mempunyai nilai yang sama secara merata. Namun untuk nomor yang lainnya ada yang mengalami kenaikan dan penurunan. Kemudian dari nilai perbandingan *pretest* dan *posttest* itu sebagian besar peserta mendapatkan nilai yang baik, hal ini sesuai dengan yang dikatakan Umar (2020), bahwa suatu nilai dikatakan baik jika nilai tersebut berada pada tingkat benar 81%-100% yang menandakan sikap pemahaman

ranah afektif yang positif, dikatakan cukup baik jika mempunyai nilai 61%-80% yang menandakan sikap pemahaman ranah afektif cukup baik dan dikatakan buruk jika mempunyai nilai jika berada pada kurang dari 61% yang menandakan sikap pemahaman ranah afektif yang buruk. Hasil perbandingan soal *pretest* dan *posttest* ini dapat merujuk lebih jauh pada pengaruh penyuluhan yang telah dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 01 Bantar.

Hasil yang didapatkan menunjukkan perbedaan nilai yang signifikan antara *pretest* dan *posttest*. Hal ini menunjukkan bahwa sosialisasi yang telah dilaksanakan memberikan hasil yang signifikan, dilihat dari kenaikan nilai *pretest* dari 85,65 menjadi 93,04 pada nilai *posttest*. Namun, hal ini dapat diartikan tingkat pengetahuan masyarakat telah meningkat, mengingat nilai dari seluruh peserta sudah tinggi. Pada sesi diskusi tanya jawab yang telah dilakukan peserta dapat menjawab dengan baik dan lengkap. Dengan kata lain, peserta yang hadir dalam penyuluhan sudah memahami materi dengan baik.



**Gambar 2.** Kegiatan edukasi penyuluhan PHBS tentang cuci tangan menggunakan sabun yang baik dan benar

Materi penyuluhan berupa penjelasan tentang pola hidup bersih dan sehat dengan cuci tangan menggunakan sabun yang baik dan benar. Pada awal kegiatan pemateri memberikan pertanyaan terlebih dahulu tentang pengertian PHBS secara umum kepada para responden, hal ini bertujuan untuk mengetahui pemahaman dari para siswa.

Pada awal kegiatan, pemateri akan melakukan *pretest* sebelum materi disampaikan untuk mengetahui seberapa baik responden memahami materi yang akan disampaikan. Usai mendapat informasi dan edukasi, pemateri kembali memberikan evaluasi dengan cara memberikan pertanyaan kembali seputar materi yang sudah dijelaskan, hal ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pengetahuan atau pemahaman responden, dari 10 pertanyaan yang diberikan pemateri kepada responden, didapatkan

hasil hampir seluruh responden dapat menjawab dan menjelaskan kembali tentang materi yang disampaikan.

Hal ini dibuktikan dengan antusiasme responden untuk mengangkat tangan ketika diberikan pertanyaan. Selain itu para responden juga aktif dalam bertanya, hal ini juga membuktikan bahwa responden terlihat antusias terhadap materi penyuluhan kesehatan yang diberikan, sehingga materi yang disampaikan dapat diterima dengan baik dibuktikan dengan terdapatnya perbedaan yang signifikan pada *pretest* dan *posttest* yang diberikan.

Setelah dilakukan pemerataan dan dilakukan standar deviasi hasil *pretest* dan *posttest* dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1.** Evaluasi pengetahuan anak SDN 01 Bantar sebelum dan sesudah diberikan sosialisasi PHBS

Parameter	Rataan Nilai $\pm$ SD
<i>Pretest</i>	85,65 $\pm$ 9,24
<i>Posttest</i>	93,04 $\pm$ 10,81

Hasil penelitian pada tabel 1 menunjukkan distribusi jawaban kuesioner mengenai PHBS cuci tangan menggunakan sabun yang baik dan benar bahwa sebagian besar mampu menjawab dengan benar pertanyaan dalam kuesioner akan tetapi masih terdapat beberapa pertanyaan yang jawaban benarnya masih kurang dari 70% yaitu pertanyaan apakah cuci tangan bisa menggunakan air yang menggenang. Peserta menjawab benar pada poin tersebut sebesar 69,56% sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar anak-anak SD Negeri Bantar 01 masih belum paham mengenai air yang baik untuk cuci tangan. Hampir semua responden telah menjawab dengan benar pertanyaan mengenai apakah sebelum dan sesudah makan harus cuci tangan dengan persentase sebesar 95,65% sehingga dapat disimpulkan sebagian besar anak SD Negeri Bantar 01 telah paham mengenai pentingnya cuci tangan.

Gambaran pertanyaan dipersiapkan untuk melihat apakah anak-anak tersebut sering mencuci tangan, apakah bisa memaknai dan mengaplikasikan PHBS dalam kehidupannya, hal ini juga sesuai dengan yang dilakukan oleh Langkapura et al. (2022) agar bisa melihat apakah PHBS telah diterapkan dalam kehidupannya seperti pada **Tabel 2**.

**Tabel 2** menunjukkan 10 pertanyaan yang dijadikan sebagai parameter untuk mengukur pengetahuan peserta mengenai permasalahan perilaku hidup bersih dan sehat. Pertanyaan paling banyak dijawab secara benar adalah pertanyaan nomor 6 tentang apakah sebelum dan sesudah makan harus cuci

tangan. Jumlah peserta yang menjawab benar pada saat *pretest* adalah 22 dari 23 orang (95,65%) dan pada saat *posttest* 23 dari 23 orang (100%). Pertanyaan yang banyak kesalahan adalah pertanyaan nomor 9 tentang apakah cuci tangan bisa menggunakan air yang menggenang dengan jumlah peserta menjawab benar pada saat *pretest* sebanyak 15 dari 23 orang (65,21%) dan pada saat *posttest* 20 orang dari 23 orang (86,95%). Rata-rata pengetahuan peserta sebelum dan sesudah sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dasar negeri 01 Bantar meningkat.

**Tabel 2.** Jumlah responden yang jawabannya benar pada *pretest* dan *posttest*

Nomor Soal	Soal	Jumlah Responden Yang Jawabannya Benar	
		<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
1	PHBS adalah singkatan dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ?	17	19
2	Manfaat berperilaku PHBS adalah bisa menjadi suri tauladan yang baik ?	20	19
3	Mencuci tangan adalah bagian dari PHBS ?	21	21
4	Apakah cuci tangan hanya bisa dilakukn di sekolah ?	20	20
5	Apakah cuci tangan bisa dilakukan di rumah ?	21	22
6	Apakah sebelum dan sesudah makan harus cuci tangn ?	22	22
7	Apakah setelah bersalaman dengan orang lain harus cuci tangan ?	19	20
8	Apakah cuci tangan bisa tanpa sabun ?	16	20
9	Apakah cuci tangan bisa menggunakan air yang menggenang ?	15	20
10	Apakah bebas dari penyakit merupakan manfaat PHBS di rumah ?	18	20

Perilaku hidup bersih dan sehat jika tidak dilaksanakan dengan benar, akan mudah terjangkit kuman. Salah satu penyakit yang disebabkan oleh lainnya penerapan PHBS ini adalah *stunting*. Peneliti-peneliti sebelumnya telah membuktikan bahwa terdapat hubungan antara PHBS dengan *stunting*, yaitu mengenai kebiasaan mencuci tangan tidak menggunakan sabun dan air bersih (Aprizah, 2021).

## Simpulan

Berdasarkan dari hasil kegiatan yang dilaksanakan, diketahui jika pengetahuan anak-anak meningkat ditinjau dari hasil *posttest* yang lebih besar dibandingkan *pretest*. Dengan ini dapat diambil kesimpulan jika anak-anak mengerti dan paham akan pentingnya PHBS pada kehidupannya sehari-hari khususnya bisa menjadikan cuci tangan sebagai tradisi yang harus dilakukan agar terhindar dari berbagai penyakit.

## Ucapan Terima Kasih

Kami dari tim Desa Bantar, Program Studi Farmasi memberikan ucapan terimakasih kepada Kepala sekolah SDN 01 Bantar dan para guru guru SDN 01 Bantar, Pengabdian masyarakat, Tim KKN Desa Bantar, Rektor Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya, kepada camat Wanareja dan jajarannya atas terlaksananya program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah Dasar.

## Daftar Pustaka

- Abidah, Y. N., & Huda, A. (2018). *Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat ( Phbs ) Di Sekolah Luar Biasa*. 4(November), 87-93.
- Aprizah, A. (2021). Hubungan Karakteristik Ibu Dan Perilaku Hidup Bersih Sehat ( Phbs ) Tatanan Rumah Tangga Dengan Kejadian Stunting. *Jurnal Kesehatan Saelmakers Perdana*, 4(1), 115-123.
- Depkes Ri. (2014). 10 Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Rumah Tangga. *Departemen Kesehatan Ri*, 1-48.
- Julianti, R. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11-17.
- Kemenkes Ri. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. In *Laporan Nasional Riskesdas 2018* (Vol. 53, Issue 9, Pp. 154-165).
- Langkapura, S. D. N., Muhani, N., Febriani, C. A., Yanti, D. E., & Rahmah, A. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat ( Phbs ) Tatanan Sekolah Di. *Jurnal Loyalitas Sosial*, 4(1), 27-38.
- Mustar, Y. S., Susanto, I. H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih (Phbs) Di Sekolah Dasar. *Jjsip: Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan*, 2(2), 89-95.
- Natsir, Muh. F. (2019). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (Jnik)*, 1(3), 54-59.
- Novitasari, Y., Filtri, H., & Suharni. (2018). Penyuluhan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat ( Phbs ) Melalui Kegiatan Cuci Tangan Pakai Sabun Dosen Prodi Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini, Fkip, Unilak Email: Yesinovitasari@Unilak.Ac.Id Pendahuluan Peningkatan Kualitas Sumber Daya Man. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Miltidisiplin*, 2(1), 44-49.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat ( Phbs ) Pada Anak Sekolah. *Jurnal Abdimas Umtas*, 1(2), 46-52.
- Umar, J. (2020). Analisis Tingkat Pemahaman Terhadap Mata Pelajaran Agama Islam pada Siswa SMP Negeri 1 Delima Pidie. *Jurnal Mudarrisuna*, 10(2), 24.
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Hygienic And Healthy Lifestyle In The Urban Village Of Rangkah Surabaya. *Jurnal Promkes*, 8(1), 47.