

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa SDN Balaroa 2 Desa Uwemanje Kecamatan Kinovaro

¹Vidya Urbaningrum ²Doddy Alfayet Lambogo, ³Wahyuni, ⁴Sinta, ⁵Elfiana, ⁶Asriandini, ⁷Ananda Shesilia Lambe, ⁸Valen Pawakang, ⁹Umi Kalsum, ¹⁰I Gusti Agung Giri Utami, ¹¹Fitrahaitunnufus, ¹²Sri Ainun J, ¹³Alfryana Towesu, ¹⁴Citra Wahyuni

¹Program Studi S1 Ners, STIKes Widya Nusantara Palu, Sulawesi Tengah, Indonesia
Email : urbaningrumvidya@gmail.com

Abstrak : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Beberapa indikator PHBS di sekolah antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan yang sehat, menggunakan jamban yang bersih, olahragateratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan, mengukur tinggi badan, dan membuang sampah pada tempatnya. Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode ceramah dengan menggunakan media leaflet dan poster. Sebelum dan sesudah melakukan penyuluhan tentang PHBS pemateri memberikan pertanyaan secara lisan sebanyak 3 pertanyaan. Dalam kegiatan ini juga dilakukan kegiatan demostrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar. Setelah selesai penyampaian materi, pemateri kembali memberikan pertanyaan secara lisan tentang PHBS sebanyak 3 pertanyaan hal ini dilakukan untuk melihat bagaimana anak-anak merespon materi yang telah disampaikan apakah mereka mengerti atau tidak, dari 37 siswa-siswi yang hadir sebagian besar menjawab benar dan sebagian kecil menjawab kurang tepat. Hasil kegiatan ini disimpulkan bahwa pengetahuan siswa-siswi SDN Balaroa 2 tentang PHBS sebelum dilakukan penyuluhan masih sangat kurang. Namun setelah dilakukan penyuluhan dan demostrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar siswa-siswi sangat mengerti dan dapat mempraktekannya kembali.

Kata Kunci : PHBS, Sekolah, Mencuci Tangan

Abstract : *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in schools is a set of behaviors practiced by students, teachers and the school community on the basis of awareness, so that they are able to independently prevent disease, improve their health, and play an active role in creating a healthy environment. Some indicators of PHBS in schools include washing hands with running water and using soap, eating healthy snacks, using clean latrines, exercising regularly, eradicating mosquito larvae, not smoking at school, weighing body weight, measuring height, and throwing garbage at school. This activity is carried out using the lecture method using leaflets and posters. Before and after conducting counseling about PHBS, the presenters gave 3 questions orally. In this activity, demonstration activities were also carried out on how to wash hands properly and correctly. After finishing the presentation of the material, the presenters again gave questions orally about PHBS as many as 3 questions this was done to see how the children responded to the material that had been delivered whether they understood it or not, of the 37 students who attended most of them answered correctly and a small part answer incorrectly. The results of this activity concluded that the knowledge of SDN Balaroa 2 students about PHBS before the counseling was carried out was still very lacking. However, after counseling and demonstrations on how to wash hands properly and correctly the students really understood and were able to practice it again.*

Keywords: PHBS, School, Washing Hands

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat.¹ Beberapa indikator PHBS di sekolah antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan yang sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan, mengukur tinggi badan setiap bulan, dan membuang sampah pada tempatnya. Dalam undang-undang no 36

tahun 2009 pasal 79 tentang kesehatan, ditegaskan bahwa “Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.²

Perilaku hidup bersih dan sehat mempengaruhi status kesehatan individu, sehingga penting untuk diterapkan dalam kehidupan setiap hari. Pengetahuan merupakan salah satu faktor pembentuk perilaku yang mana tinggi dan rendahnya pengetahuan dapat dipengaruhi oleh proses belajar dan lingkungan. Pengetahuan akan konsep hidup bersih dan sehat berdampak pada perilaku individu dan mempengaruhi status kesehatan individu. Anak-anak merupakan generasi penerus bangsa yang penting untuk diperhatikan kesehatannya. Anak-anak juga termasuk kelompok yang rentan dengan berbagai gangguan kesehatan dan sangat bergantung kepada orang tua. Sekalipun demikian, anak-anak sangat potensial untuk dipengaruhi dan diberi motivasi sehingga membiasakan sejak dini perilaku hidup bersih dan sehat. Perilaku orang dewasa tidak mudah untuk diubah, namun perilaku anak sangat mungkin diubah dengan memberikan pengetahuan dan contoh. Penelitian yang dilakukan Banun (2016), menunjukkan ada hubungan positif antara pengetahuan PHBS dengan pola hidup sehat siswa di SD Tamanan.³ Penelitian lainnya yang dilakukan Koem et al. (2015), menunjukkan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap siswa dengan penerapan PHBS di SD INPRES Sukur, Minahasa Utara.⁴ Sedangkan faktor lain yang berhubungan dengan penerapan PHBS dalam penelitian Sari et al. (2016) di SDN Karangtowo, kabupaten demak adalah dukungan lingkungan sekolah dan sarana prasarana.⁵

Adapun hasil observasi yang dilakukan di SDN Balaroa 2 menunjukkan beberapa masalah terkait PHBS antara lain tidak adanya tempat sampah di depan kelas, pengolahan sampah dengan membakar sampah menjadi satu-satunya alternatif pengolahan sampah, tidak tersedia sabun dan air mengalir untuk mencuci tangan, belum adanya kantin sehat karena keterbatasan sumber daya, tidak aktifnya Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) karena tidak tersedianya ruangan khusus (keterbatasan ruangan), sehingga berbagai program UKS seperti perilaku hidup bersih dan sehat belum terlaksanakan. Dari permasalahan diatas maka dilakukan penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS).

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan dengan metode ceramah dengan menggunakan media leaflet dan poster untuk meningkatkan pengetahuan siswa-siswi tentang PHBS sekolah. Kegiatan ini melibatkan siswa-siswi kelas 5 dan 6 SDN Balaroa 2 yang berjumlah 37 orang. Sebelum dan sesudah melakukan kegiatan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pemateri memberikan beberapa pertanyaan secara lisan untuk melihat bagaimana pengetahuan anak-anak SDN Balaroa II tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan dilakukan.

3. HASIL PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) khususnya pada lingkungan sekolah, sehingga siswa dapat membiasakan hidup bersih dan sehat sejak dini. Kegiatan ini melibatkan 13 mahasiswa Program Studi S1 Ners STIKes Widya Nusantara Palu yang mana kegiatan berlangsung pada tanggal 14 Maret 2022 di SDN Balaroa 2 Desa Uwemanje Kecamatan Kinovaro Kabupaten Sigi Provinsi Sulawesi Tengah. Dimana sasaran kegiatan penyuluhan ini adalah siswa-siswi SDN Balaroa 2 dengan total jumlah siswa yang hadir adalah 37 orang.

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pemateri memberikan beberapa pertanyaan secara Lisan sebanyak 3 Pertanyaan ini dilakukan untuk melihat bagaimana pengetahuan anak-anak SDN Balaroa 2 tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS). Dari 37 siswa-siswi yang hadir dalam kegiatan sebagian menjawab benar, sebagian lagi menjawab salah dan sebagiannya tidak menjawab sama sekali pertanyaan yang di berikan. Pada saat penyuluhan media yang di gunakan adalah Poster dan leaflet.



Gambar 1. Pembagian Leaflet

Dalam kegiatan ini juga dilakukan kegiatan demonstrasi langkah-langkah atau cara mencuci tangan yang baik dan benar. Setelah selesai penyampaian materi, pemateri kembali memberikan pertanyaan secara lisan tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat sebanyak 3 pertanyaan hal ini dilakukan untuk melihat bagaimana anak-anak merespon materi yang telah disampaikan apakah mereka mengerti atau tidak, dari 37 siswa-siswi yang hadir sebagian besar menjawab benar dan sebagian kecil menjawab kurang tepat.



Gambar 2. Demonstrasi cara mencuci tangan

Saat kegiatan ini juga disediakan hadiah sebanyak 3 buah, hal ini dilakukan agar anak-anak dapat bersemangat dalam mempelajari atau mengingat dan mempraktekan apa yang telah disampaikan oleh pemateri mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).



Gambar 3. Pembagian Hadiah

4. KESIMPULAN

Dari Hasil kegiatan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa melalui program yang telah dilakukan di SDN Balaroa 2 tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada kelas 5 dan 6 pengetahuan siswa-siswi tentang (PHBS) sebelum dilakukan penyuluhan masih sangat kurang. Namun setelah dilakukan penyuluhan dan Demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar siswa-siswi sangat mengerti dan dapat mempraktekannya kembali.

REFERENCES

- Sulastrri K, Purna IN, Sukayasa ING. Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku anak sekolah tentang hidup bersih dan sehat di sekolah dasar negeri wilayah puskesmas selemadeg timur ii. *Kesehat Lingkungan*. 2014;1. [http://www.poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL KESEHATAN LINGKUNGAN/Ketut Sulastrri1%20I Nyoman Purna2%20I NyomanGede Suyasa3.pdf](http://www.poltekkes-denpasar.ac.id/files/JURNAL%20KESEHATAN%20LINGKUNGAN/Ketut%20Sulastrri%20I%20Nyoman%20Purna%20I%20NyomanGede%20Suyasa3.pdf)
- Direktorat Sekolah Dasar. *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah*. Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi; 2021.
- Banun, Sari T. HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN PHBS (PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT) DENGAN POLA HIDUP SEHAT SISWA DI SD NEGERI TAMANAN BANTUL. *Pendidik Guru Sekol Dasar*. Published online 2016. <http://eprints.uny.ac.id/id/eprint/33094>
- Koem ZA., Joseph B, Sondakh RC. HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA PELAJAR DI SD INPRES SUKUR KECAMATAN AIRMADIDI KABUPATEN MINAHASA UTARA. *Ilm Farm*. 2015;4. doi:10.35799/pha.4.2015.10219
- Sari NI, Widjanarko B, Kusumawati A. FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT SEBAGAI UPAYA UNTUK PENCEGAHAN PENYAKIT DIARE PADA SISWA DI SD N KARANGTOWO KECAMATAN KARANGTENGAH KABUPATEN DEMAK. *Kesehat Masy*. 2016;4(3). doi:10.14710/jkm.v4i3.13713