

## Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 16 Air Tawar Padang Utara

Yuliza Birman<sup>1\*</sup>, Rosmaini<sup>1</sup>, Fikri Wahyuda Ismail<sup>1</sup>, Shyntia Peratami Putri<sup>1</sup>, Nadilla Nurridah<sup>1</sup>, Puja Wanandri<sup>1</sup>, Latifah Azzahra<sup>1</sup>, Rezy Saputra<sup>1</sup>, Dwita Widya Kartika<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

Email: <sup>1\*</sup>[yulizabirman@fk.unbrah.ac.id](mailto:yulizabirman@fk.unbrah.ac.id)

**Abstrak** – Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sering disingkat dengan PHBS merupakan semua perilaku sebagai bentuk perwujudan orientasi hidup sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Salah satu PHBS yang sangat penting adalah PHBS di Sekolah. PHBS di sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah sehat. Manfaat PHBS di sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan para siswa, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat. penerapan PHBS di sekolah antara lain mencuci tangan dengan sabun, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, dan, melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat. Promosi kesehatan tentang PHBS dilakukan di SDN 16 Air Tawar Kecamatan Padang Utara Kota Padang pada hari Sabtu, tanggal 3 Desember 2022 dengan jumlah peserta sebanyak 46 orang yang terdiri dari murid kelas 3 dan 4.

**Kata Kunci:** Perilaku, Hidup, Bersih, Sehat, SD

*Abstract - Clean and healthy life behavior, often abbreviated as PHBS, is all behavior as a form of embodiment of a healthy life orientation in individual, family and community culture, which aims to improve, maintain and protect one's health physically, mentally, spiritually and socially. One of the most important PHBS is PHBS in schools. PHBS in schools is an activity to empower students, teachers and the school community to want to adopt a healthy lifestyle to create healthy schools. The benefits of PHBS in schools are able to create a clean and healthy environment, improve the teaching and learning process and students, teachers and the school community become healthy. implementation of PHBS in schools includes washing hands with soap, consuming healthy snacks, using clean and healthy latrines, exercising regularly, eradicating mosquito larvae, not smoking in the school environment, disposing of trash in its place, and, doing community service with school residents to creating a healthy environment. Health promotion regarding PHBS was carried out at SDN 16 Air Tawar, North Padang District, Padang City on Saturday, December 3, 2022 with a total of 46 participants consisting of grade 3 and 4 students.*

**Keywords:** Behavior, Life, Clean, Healthy, SD

### 1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau biasa dikenal dengan PHBS merupakan suatu bentuk promosi kesehatan agar setiap individu dapat menciptakan kondisi yang kondusif bagi diri sendiri dan sekitarnya sehingga terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat.[1] Program PHBS ini dimasukkan dalam 5 (lima) tatanan yaitu PHBS pada lingkungan sekolah, PHBS pada lingkungan rumah tangga, PHBS pada lingkungan tempat umum, PHBS pada lingkungan tempat kerja, PHBS pada lingkungan institusi kesehatan. Indikator untuk PHBS sangat beragam dan menyesuaikan lokasi dari lingkungan PHBS itu sendiri.[2]

Salah satu lokasi yang merupakan target untuk dilakukannya PHBS dalam intitusi pendidikan adalah sekolah. Terdapat data yang menyebutkan bahwa sebagian besar penyakit sering di derita oleh anak dengan rentang usia 6-10 tahun dimana pada usia yang disebutkan anak-anak masih rerata usia anak sekolah.[3] Dampak dari kurangnya PHBS di sekolah juga berdampak pada banyak hal seperti kenyamanan dalam belajar dikarenakan lingkungan yang kotor, menurunnya semangat belajar dari siswa, dan membuat mutu dan kualitas dari sekolah tersebut menjadi buruk.[4]

PHBS pada lingkungan sekolah ada tiga sasaran yaitu sasaran primer yaitu siswa, sasaran sekunder adalah orang yang memiliki pengaruh pada sasaran primer seperti guru, dan sasaran tersier

adalah yang berfungsi mengambil kesempatan formal pada lingkungan sekolah seperti kepala sekolah, komite sekolah. Upaya kesehatan dalam sekolah ini sudah diatur dalam UU RI No.36 tahun 2009 bab VI pasal 79.[5]

Indikator PHBS di sekolah terdapat mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jantik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, dan membuang sampah pada tempatnya.[6]

SD NEGERI 16 Air Tawar Timur adalah salah satu satuan pendidikan dengan jenjang SD di Air Tawar Timur, Kecamatan Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat. Dalam menjalankan kegiatannya, SD Negeri 16 Air Tawar Timur berada di bawah naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan SD Negeri 16 Air Tawar terlihat cukup kurang bersih. Siswa masih mempunyai kebiasaan membuang sampah tidak pada tempatnya, siswa masih belum benar dalam melakukan cuci tangan, siswa kurang bersih dalam penggunaan jamban, dan masih banyak siswa yang jajan makanan di luar sekolah. Tujuan kegiatan ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 16 Air Tawar Timur. Manfaat dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat dan meningkatkan kesadaran pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 16 Air Tawar Timur

## **2. METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan kegiatan promosi kesehatan ini terdiri dari tahapan berikut :

### **1. Tahap Persiapan**

Pada tahap persiapan, kegiatan yang dilakukan antara lain, melakukan koordinasi dan kerjasama dengan kepala sekolah SDN 16 Air Tawar Kec. Padang Utara, menyiapkan seluruh peralatan dan perlengkapan pelaksanaan penyuluhan kepada siswa.

### **2. Tahap pelaksanaan**

#### **a. Pembukaan**

Kegiatan pembukaan dimulai dengan memperkenalkan diri pada peserta penyuluhan. Siswa dikumpulkan di satu kelas. Kegiatan selanjutnya adalah menjelaskan mekanisme penyuluhan dan apa saja yang akan dijelaskan dan tujuan dari kegiatan penyuluhan.

#### **b. Pre test**

Pre test dilakukan untuk mengetahui pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan.

#### **c. Penyuluhan**

Penyampaian materi dengan pemaparan materi yang menyenangkan dan mudah dipahami oleh para siswa. Melakukan penerapan cara cuci tangan yang benar diikuti oleh semua peserta penyuluhan dan melakukan salah satu contoh gerakan senam yang dilakukan bersama-sama.

#### **d. Post test**

Post test dilakukan untuk mengetahui pengetahuan siswa-siswi setelah dilakukannya penyuluhan.

#### **e. Pemberian Reward**

Pemberian reward kepada siswa yang menjawab pre test dan post test dengan jawaban terbaik dan aktif dalam kegiatan.

#### **f. Penutup**

Menyimpulkan materi penyuluhan yang sudah disampaikan, melakukan sesi dokumentasi dengan cara berfoto bersama para peserta dan dewan guru, pemberian plakat pada pihak sekolah dan memberikan salam penutup.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 3.1 Kegiatan

Rincian kegiatan yang telah terlaksana sebagai berikut:

1. Kampus FK Universitas Baiturrahmah  
07.30-08.00 : Persiapan pemberangkatan
2. Lokasi Promkes di SDN 16 Air Tawar Timur  
08.15-08.30 : Persiapan tempat acara  
08.30-09.00 : Pembukaan acara  
09.00-10.30 : Penyuluhan kelas 3 dan kelas 4  
10.30-11.00 : Penyerahan plakat dan foto Bersama

#### 3.2 Hasil Kegiatan

Kegiatan promosi kesehatan tentang **Promosi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 16 Air Tawar Kec. Padang Utara** berjalan lancar dan respon siswa beserta guru sangat baik. Peserta promosi kesehatan adalah siswa kelas 3 dan kelas 4 SDN 16 Air Tawar Timur berjumlah 46 orang.

#### 3.3 Evaluasi Kegiatan dan pembahasan

Telah terlaksana penyuluhan dengan tema Penerapan Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah di SDN 16 Air Tawar Kec. Padang Utara bekerja sama dengan Kepala Sekolah dan Wali Kelas 3 dan 4. Partisipasi Siswa dalam terlaksananya seluruh kegiatan berlangsung baik dan lancar. Hal ini terlihat dari kelancaran, ketertiban dan keaktifan siswa untuk terselenggaranya seluruh kegiatan Promkes ini. Wali Kelas 3 dan 4 SDN 16 Air Tawar Kec. Padang Utara sebagai mitra yang membantu proses kedatangan peserta promkes dan persiapan tempat dan acara. Keberlanjutan kegiatan ini terlihat dari antusiasme yang tinggi dari peserta dan mitra sehingga dari mitra meminta kerjasama promkes kembali tahun depan. Tim Promkes akan melakukan kegiatan yang lebih terencana dengan berkordinasi dengan mitra dan lembaga kesehatan lain yang terkait.

#### 3.4 Dokumentasi Kegiatan



**Gambar 1.** Foto Bersama Dengan Mitra



**Gambar 2.** Lokasi Kegiatan



**Gambar 3.** Kegiatan Penyuluhan



**Gambar 4.** Kegiatan Penyuluhan dan Evaluasi



**Gambar 5.** Foto Bersama Sasaran Kegiatan

#### **4. KESIMPULAN**

Telah terlaksana kegiatan penyuluhan mengenai PHBS kepada siswa di SDN 16 Air Tawar Kec. Padang Utara. Kegiatan berjalan lancar dan respon terhadap kegiatan penyuluhan ini sangat baik. Peserta penyuluhan terdiri dari siswa kelas 3 dan 4 yang berjumlah 46 orang. Diharapkan kegiatan penyuluhan ini akan selalu diadakan setiap tahunnya karena melihat tingginya antusiasme dari peserta dan besarnya manfaat penyuluhan bagi kesehatan peserta.

#### **REFERENCES**

- [1] Wibisana MIN, "Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Desa Wonosalam Demak," *J. Dedicator Community*, vol. 5, no. 1, pp. 1–7, 2021, doi: 10.34001/jdc.v.5i1.1096.
- [2] Kemenkes RI, "Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018," *Kementeri. Kesehat. RI*, vol. 53, no. 9, pp. 1689–99, 2018.
- [3] Lina HP, "Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Di Sdn 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang," *J PROMKES*, vol. 4, no. 1, p. 92, 2017.

- [4] D. Fauziah A, Nikmawati E, “Studi Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Siswa Sdn Sukarasa 3,” *Media Pendidikan, Gizi*, 2014.
- [5] Taryatman, “Budaya Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Untuk Membangun Generasi Muda Yang Berkarakter,” *J. Pendidik.*, 2016.
- [6] H. N. dan W. Ratna Julianti, “Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah,” *J. Ilm. Potensia*, vol. 3, no. 1, pp. 11–17, 2018.