INSAN MANDIRI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
ISSN Online : 2962-9845
Volume 2 Nomor 2 Juli-Desember 2023
https://ejournal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/insanmandiri

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Dasar di Dukuh Madigondo, Desa Sidoharjo, Kapanewon Samigaluh Kabupaten Kulon Progo

Education on Clean and Healthy Living Behavior for Elementary School Children in Dukuh Madigondo, Sidoharjo Village, Kapanewon Samigaluh Kulon Progo Regency

Siti Kurnia Widi Hastuti [1)], Khoyrul Nur Khosyh[2)] Rokhmayanti [3)], Fardhiasih Dwi Astuti [4)], Sely Aprianda Syah Putri [5*)],

[1,2,3,4]Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ahmad Dahlan, Yogyakarta, Indonesia
[5]Program Studi Administrasi Rumah Sakit Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, Surakarta, Indonesia

*Email Korespondensi : sely.aprianda@ukh.ac.id

Abstract

The emergence of various diseases that often attack school-aged children (6-10 years) is generally related to clean and healthy lifestyle. Therefore, instilling clean and healthy lifestyle values in schools is an absolute necessity and can be done through a school health approach. This community service aims to increase students' knowledge regarding clean and healthy living behavior at school, with the hope of creating a healthy school structure. The method used is face-to-face counseling in class, good and correct hand washing practices, and group exercise. Evaluation of the success of activities is carried out by conducting pretests and posttests. The results obtained were that the counseling went well and smoothly and participants actively asked questions and participated in the activity until it was finished. Evaluation of the outreach shows that the community feels this activity is very useful and increases understanding regarding the importance of implementing clean and healthy living behavior at school.

Keywords : Education, Clean and Healthy Lifestyle, Students

Abstrak

Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-10 tahun), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pendekatan upaya kesehatan sekolah. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, dengan harapan dapat mewujudkan tatanan sekolah sehat. Metode yang digunakan adalah menggunakan penyuluhan dengan tatap muka di kelas, praktik cuci tangan yang baik dan benar, serta senam bersama. Evaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan melakukan pretest dan post test. Hasil yang diperoleh adalah penyuluhan berjalan dengan baik dan lancar serta peserta aktif bertanya dan mengikuti kegiatan sampai selesai. Evaluasi penyuluhan menunjukkan bahwa masyarakat merasa

kegiatan ini sangat bermanfaat dan meningkatkan pemahaman terkait pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah.

Kata Kunci : Edukasi, PHBS, Siswa

PENDAHULUAN

Konsep sekolah sehat ditujukan untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Kualitas sumber daya manusia (SDM) sangat dipengaruhi oleh dua faktor yang saling berhubungan dan berkaitan yaitu pendidikan dan kesehatan. Upaya untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia melalui pendidikan dan kesehatan tentunya harus dimulai sejak dini baik pada masa prasekolah maupun masa sekolah. Anak usia sekolah termasuk kelompok masyarakat yang mempunyai resiko tinggi dan waktu yang paling tepat untuk menanamkan pengertian dan kebiasaan hidup sehat. Anak usia sekolah merupakan kelompok yang paling rentan terhadap penyakit, oleh karena itu pendidikan kesehatan bagi mereka menjadi hal yang perlu mendapatkan perhatian utama. Banyak data menyebutkan bahwa munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah yang salah satunya adalah diare umumnya berkaitan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Nasiatin, T. and Hadi, 2019). Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan upaya untuk memperkuat seseorang, kelompok maupun masyarakat agar peduli dan mengutamakan untuk mewujudkan kehidupan yang lebih berkualitas. Kegiatan belajar mengajar di tatanan sekolah perlu diperhatikan agar mendapatkan kondisi yang bersih dan nyaman. Untuk mewujudkan hal tersebut peserta didik bersama tenaga pendidik maka penyuluhan penerapan PHBS pada tetanan sekolah perlu dilakukan (Harahap et al., 2023).

Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-10 tahun), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pendekatan upaya kesehatan sekolah. 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 (Kementrian Kesehatan RI, 2011). 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 adalah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, serta meningkatkan kenyamanan proses belajar mengajar di lingkungan sekolah (Ulfa, A.M., Narista, 2019).

Upaya khusus harus dilakukan untuk menerapkan PHBS di lingkungan sekolah peningkatan kesadaran diri khususnya siswa, didukung dengan tersedianya sarana dan prasarana. Mahasiswa bisa dibilang sebagai target paling tepat dalam hal perubahan perilaku, pengetahuan dan perilaku hidup sehat. Siswa berada pada usia yang rentan mengalami gangguan kesehatan, sehingga mempengaruhi proses, perkembangan dan kinerja siswa. Masalah kesehatan yang umum pada usia sekolah adalah kerusakan perilaku, kerusakan perkembangan fisiologis, ketidakmampuan belajar dan masalah kesehatan yang sering muncul (Misrah, Raihanis Anastasya, Dedek Safitri, 2022). Sarana atau fasilitas yang baik, diyakini berpengaruh positif bagi kebersihan dan kesehatan siswa. Ada berbagai masalah fasilitas kesehatan sarana prasarana yang kurang mendukung dalam penerapan hidup bersih dan sehat, seperti

INSAN MANDIRI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
ISSN Online : 2962-9845
Volume 2 Nomor 2 Juli-Desember 2023
https://ejournal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/insanmandiri

terdapat fasilitas jamban siswa dua ruangan, tetapi baunya tidak sedap sehingga kebersihannya tidak terjamin, tidak terdapat air mengalir yang digunakan dalam mencuci tangan sehingga berdampak pada kesehatan siswa yang sering terganggu dan menyebabkan ada siswa yang terkena penyakit seperti demam berdarah dan diare (Meidita, 2022).

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 (Kementerian Kesehatan RI, 2011).

Terdapat tiga indikator pengukuran pemberdayaan PHBS di lingkungan sekolah yaitu, kebersihan diri, kesehatan tubuh, dan kebersihan lingkungan lingkungan sekolah. Adapun perilaku pada indikator kebersihan diri adalah: mandi pagi sebelum berangkat ke sekolah, menggunting kuku tangan yang panjang, menunjukkan keinginan terlihat bersih, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menggunakan sabun untuk mencuci tangan. Indikator kesehatan tubuh akan terlihat dari: penggunaan masker saat pilek, mengikuti kegiatan olah raga rutin di sekolah, membawa bekal makanan dari rumah, membeli makanan yang bersih di kantin sekolah, dan menyadari pentingnya kebersihan tubuh. Sementara perilaku yang tampak pada indikator kebersihan lingkungan sekolah adalah: membuang sampah pada tempatnya, melarang warga sekolah membuang sampah sembarangan, mengutip sampah yang berceceran di sekolah, menegur warga sekolah membuang sampah sembaran dengan sopan, membersihkan toilet sekolah (Bukit et al., 2022).

Berdasarkan hasil survey di sekolah dasar negeri Madigondo Wetan yang dilakukan oleh mahasiswa KKN Alternatif 101 Unit XVIII.A.1 Universitas Ahmad Dahlan, diketahui bahwa siswa belum pernah mendapatkan edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan hasil survey awal pada sekolah dasar negeri Madigondo Wetan menunjukkan bahwa sikap siswa masih kurang dalam mengetahui atau menerima respons bahwa PHBS sangat penting bagi kesehatan, sebagian siswa kurang dalam menjaga kebersihan diri, seperti tidak mencuci tangan setelah bermain langsung jajan dan membeli jajan sembarangan dimana penjual tidak menutup makanan dengan baik dan fasilitas di sekolah seperti tempat cuci tangan, tempat pembuangan sampah dan sarana yang disediakan tergolong cukup memadai. Berdasarkan latar belakang permasalahan hasil survei tersebut maka tim pengusung program pengabdian kepada masyarakat bertujuan untuk melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan siswa terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat serta mendukung terwujudnya tatanan sekolah sehat.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan diskusi dan praktik antara tim pengusung dan Tim Sekolah. Kegiatan yang telah dilaksanakan meliputi:

1. Survey permasalahan mitra
2. Kegiatan edukasi PHBS dan senam Bersama
3. Evaluasi kegiatan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan cara penyampaian materi, praktik cuci tangan dan praktik senam bersama. Tahap persiapan kegiatan dilakukan dengan meyiapkan materi penyuluhan kesehatan sesuai dengan tema terkait "Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Mendukung Terciptanya Sekolah Sehat".

Penyuluhan dilakukan dua kali pada Tanggal 15 Februari 2023 di SDN Madigondo Wetan dan pada Tanggal 20 Februari 2023 dilaksanakan secara tatap muka dan praktik cuci tangan serta senam bersama. Alat yang digunakan pada pelaksanaan penyuluhan kesehatan ini yaitu: laptop, Papan Tulis, Foto Copy Materi, dan pengeras suara. Pada saat kegiatan penyampaian materi diikuti oleh 18 siswa dan pada saat senam bersama seluruh siswa, guru dan karyawan SDN Madigondo turut serta. Tahap evaluasi dilakukan kepada peserta dengan memberikan 12 pertanyaan melalui preetest dan post test sesuai dengan materi yang telah disampaikan mengenai materi perilaku hidup bersih dan sehat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk penyuluhan kesehatan dan praktik cuci tangan serta senam bersama dengan mengusung tema "Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Mendukung Terciptanya Sekolah Sehat" yang dilakukan SDN Madigondo Wetan, Desa Sidoharjo, Kapanewon samigaluh, Kabupaten Kulon Progo, dilaksanakan pada Tanggal 15 dan 20 Februari 2023 telah terlaksana dengan baik dan lancar. Kegiatan penyuluhan ini penting untuk dilakukan untuk mendukung peserta disik supaya memiliki perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah. Perilaku hidup bersih dan sehat (PBHS) di sekolah sangatlah penting dilakukan agar siswa menjadi terbiasa dan ikut serta dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat (Framesti et al., 2022).

Kegiatan penyuluhan dilakukan pada perempuan yang siswa kelas 5 dan 6 sekolah dasar serta dilakukan praktik cucitangan yang baik dan benar serta senam bersama. Sebelum dilakukan penyuluhan peserta menyatakan belum pernah mendapatkan edukasi terkait PHBS, hasil evaluasi sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan terdapat peningkatan pengetahuan peserta, hasil evaluasi ditunjukkan pada table 1 berikut:

Tabel 1. Analisis Peningkatan Pemahaman Peserta

Peningkatan Pemahaman peserta	Mean
Pretest	8,5833
Posttest	9,8333
Δ *Pretest-Postest*	1.25

INSAN MANDIRI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
ISSN Online : 2962-9845
Volume 2 Nomor 2 Juli-Desember 2023
https://ejournal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/insanmandiri

Tabel 1. menjelaskan nilai rata – rata pretest pemahaman peserta terhadap edukasi perilaku hidup bersih dan sehat pada 18 siswa yaitu sebesar 8,5833 sedangkan pada posttest nilai rata – ratanya yaitu 9,8333. Setelah dilakukan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat, terjadi peningkatan rata – rata pemahaman peserta mengenai perilaku hodup bersih dan sehat sebesar 1,25.

Hasil penelitian menunjukan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan baik tentang PHBS, namun memiliki sikap negatif dan hampir seluruh siswa memiliki perilaku yang kurang baik dalam tindakan PHBS. Perlu peningkatan upaya PHBS pada siswa sekolah dasar khususnya dalam sikap dan perilaku PHBS. Upaya tersebut dapat dilakukan dengan optimalisasi program usaha kesehatan sekolah (UKS) melalui penyuluhan, motivasi, dan pengawasan pelaksanaan PHBS di sekolah (Nurhidayah, I., Asifah, L. and Rosidin, 2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) haruslah dipromosikan pada program kesehatan sekolah terkait kebersihan diri dan sanitasi lingkungan untuk mencegah penyakit di lingkungan sekolah (Hikmah et al., 2023).

Penerapan program PHBS dilakukan melalui strategi pemberdayaan, bina suasana, dan advokasi serta dampak dari program PHBS adalah siswa menjadi sadar akan kebersihan, memantau tumbuh kembang anak, meningkatkan nilai gizi pada makanan yang dikonsumsi anak, dan meningkatkan semangat belajar pada siswa (Abidah, Y.N. and Huda, 2018). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya preventif (pencegahan terhadap suatu penyakit atau masalah kesehatan) dan promotif (peningkatan derajat kesehatan) pada seseorang, perilaku tersebut diharapkan dapat diterapkan pada semua golongan masyarakat termasuk anak usia sekolah (Ratna Julianti, M Nasirun, Wembrayarli, 2018). Gambar 1 berikut, merupakan dokumentasi pelaksanaan edukasi perilaku hidup bersih dan senam bersama.



Gambar 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

Mitra berpartisipasi dalam kegiatan penyuluhan kesehatan "Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Mendukung Terciptanya Sekolah Sehat". Peserta memperhatikan penyampaian materi yang diberikan dan secara sukarela membantu menyiapkan ruang kelas sebagai tempat dalam kegiatan ini. Mitra memberikan respon positif terhadap kegiatan ini dengan memberikan feedback pada saat evaluasi, yang diwakili oleh salah satu guru menyampaikan beberapa kesan, salah satunya adalah: "kegiatannya sangat bermanfaat, menambah pengetahuan tentang penting dan perlunya edukasi perilaku hidup bersih dan sehat untuk menanamkan mainset hidup sehat dilingkungan sekolah dan harapannya dapat terwujud tatanan sekolah sehat". Anak usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai healthy lifestyle dan mempromosikannya baik dalam sekolah, PHBS merupakan faktor kedua terbesar setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok, atau Masyarakat (Mapossa, 2018).

Supaya program sekolah sehat dapat terlaksana maka sekolah perlu melakukan promosi dan sosialisasi yang lebih intensif tentang pentingnya Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) kepada seluruh siswa, guru, dan tenaga pendidik sekolah, mengadakan kegiatan kampanye PHBS secara rutin di sekolah. Membuat peraturan dan kebijakan yang jelas tentang kawasan tanpa rokok (KTR) di lingkungan sekolah, dengan memastikan bahwa aturan tersebut dipatuhi dan memberikan sanksi yang tegas bagi siswa yang melanggarnya. Memastikan tersedianya fasilitas dan sarana yang memadai untuk mendukung penerapan PHBS di sekolah seperti tempat cuci tangan dan tempat sampah yang memadai. Serta melakukan monitoring dan evaluasi secara berkala terhadap pelaksanaan PHBS di Sekolah (Asrina et al., 2023).

Salah satu faktor yang menghambat proses kegiatan penyuluhan kesehatan yaitu kondisi musim hujan yang sering terjadi sehingga untuk pelaksanaan senam beberakali mengalami rescedule, beberapa faktor yang mendukung proses kegiatan ini yaitu tersedianya fasilitas ruang kelas dan sound system, sehingga sangat membantu

INSAN MANDIRI
Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
ISSN Online : 2962-9845
Volume 2 Nomor 2 Juli-Desember 2023
https://ejournal.stikestrimandirisakti.ac.id/index.php/insanmandiri

kegiatan ini. Berdasarkan evaluasi yang dilakukan maka solusi dan tindak lanjut yang diajukan untuk kegiatan ini yaitu masih perlu adanya pemberian edukasi yang massive terkait perilaku hidup bersih dan sehat, dengan harapan para siswa selain dapat menerapkan dilingkungan sekolah juga harapannya dapat menerapkan dilingkungan keluarga.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan ini dapat meningkatkan pemahaman tentang perilaku hidup bersih di sekolah. Adanya pemahaman mengenai PHBS pada siswa sekolah dasar diharapkan dapat meningkatkan status kesehatan masyarakat dan dapat menekan terjadinya penyakit menular, serta dapat mewujudkan tatanan sekolah sehat sehingga dapat mendukung transformasi kesehatan di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

Abidah, Y.N. and Huda, A. (2018). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Luar Biasa. *Jurnal ORTOPEDAGOGIA*, *4*(2), 87–93. https://doi.org/doi:10.17977/um031v4i12018p087

Asrina, A., Studi Kesehatan Masyarakat, P., & Kesehatan Masyarakat, F. (2023). Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains dan Teknologi Peningkatan Pengetahuan mengenai PHBS sebagai Program Promosi Kesehatan pada Tatanan Sekolah di SMPN 4 Sungguminasa Kabupaten Gowa. *Media Cetak*, *2*(3), 440–454. https://doi.org/10.55123/abdikan.v2i3.2425

Bukit, S., Hutagalung, S. L., & Sarbaini, W. (2022). Analisis Pemberdayaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Sekolah Dasar. *Journal of Community Development (JCD)*, *01*(01), 11–17. https://journal.nabest.id/index.php/jcd/index

Framesti, N., Yulianingsih, A., Ananda, W., & Ds, N. (2022). 332-Article Text-941-1-10-20220430. *Pendidikan Anak Cerdas Dan Pintar*, *6*(1), 193–199.

Harahap, Y. W., Ahmad, H., & Aritonang, S. (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sekolah di SD Negeri Ujung Gurap Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan (Abdigermas)*, *1*(1), 18–23. https://doi.org/10.58723/abdigermas.v1i1.7

Hikmah, F., Susindra, Y., Suandana, I. A., & Perwiraningrum, D. A. (2023). *Pemanfaatan Game Edukasi Pada Penyuluhan PHBS di SD Glagahwero 2 Jember*. 103–110.

Kementerian Kesehatan RI. (2011). PHBS di Sekolah. *Suplemen*, 1–12.

Kementrian Kesehatan RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*.

Mapossa, J. B. (2018). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における 健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *New England Journal of Medicine*, *372*(2), 2499–2508. http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7556065%0Ahttp://www.pubmedcentral.nih.gov/articlerender.fcgi?artid=PMC394507%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.humpath.2017.05.005%0Ahttps://doi.org/10.1007/s00401-018-1825-z%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27157931

Meidita, F. et al. (2022). Hubungan Antara Sikap dan Sarana terhadap PHBS di Sekolah

pada Siswa SMA. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, *3*(2), 171–176. https://doi.org/doi:10.47575/jpkm.v3i2.356.

Misrah, Raihanis Anastasya, Dedek Safitri, S. S. W. W. (2022). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Tatanan Rumah Tangga Dan Sekolah Dasar Di Desa Candirejo Kecamatan Sibiru-Biru Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara. *MARTABE : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *5*(7), 2612–2621.

Nasiatin, T. and Hadi, I. . (2019). Determinan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri. *Faletehan Health Journal*, *6*(3), 118–124. https://doi.org/doi:10.33746/fhj.v6i3.111

Nurhidayah, I., Asifah, L. and Rosidin, U. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*, *13*(1), 61–71. https://doi.org/doi:10.32528/ijhs.v13i1.4864

Ratna Julianti, Drs. H. M Nasirun, M.Pd, Wembrayarli, S.Pd., M. S. (2018). Pelaksanaan PHBS Di Lingkungan Sekolah. *Ilmiah Potensia*, *3*(2), 11–17. https://ejournal.unib.ac.id/index.php/potensia/article/view/2960/2681%0Ahttps://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/5969%0Ahttps://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/JKKT/article/view/7778/7341

Ulfa, A.M., Narista, N. and S. (2019). 22 | Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati Vol. 2 No. 1, April 2019. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, *2*(1), 22–26.