

INFORMASI ARTIKEL

Received: January, 30, 2023

Revised: April, 11, 2023

Available online: April, 12, 2023

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/phc>

**Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah SDN 1 Karang Maritim
Bandar Lampung**

**Nurhalina Sari¹, Diah Astika Winahyu^{2*}, Hardini Ariningrum³, Khoidar Amirus¹, Desna Sari Putri¹, Chanita Sari
Manulang¹, Hafiratul Fitri Usfa¹, Trisia Dira Yuniar¹**

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

²Analisis Farmasi dan Makanan, Universitas Malahayati

³Akuntansi, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Diah Astika Winahyu. Email: astika.diah@gmail.com

Abstract

Background: The emergence of various diseases that often attack school-age children (age 6-10) is generally related to Clean and Healthy Behavior (PHBS).

Purpose: This counseling aims to provide understanding and knowledge regarding the importance of implementing PHBS in a school setting, this is done so that efforts to reduce diseases that arise due to a lack of maintaining Clean and Healthy Behavior.

Methods: The method used is by means of education using video media, in the form of animated videos about Clean and Healthy Behavior. This counseling is specifically for grade 3 students at SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung.

Results: This counseling explains the meaning of Clean and Healthy Living Behavior, educates on disposing of trash in its place, and provides examples of how to wash hands properly and correctly.

Conclusion: From the counseling that has been done, it can be concluded that the students of SDN 1 Karang Maritim can increase their knowledge about Clean and Healthy Behavior, how to wash hands properly and properly and dispose of trash in its place.

Keywords: Clean and Healthy Living Behavior; Student; Education.

Pendahuluan: Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10) ternyata umumnya berkaitan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), untuk itu diperlukannya edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada anak mulai sejak usia 6-10 tahun.

Tujuan: Penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan pengetahuan terkait pentingnya menerapkan PHBS di lingkungan tatanan sekolah, hal ini dilakukan agar upaya untuk menurunkan penyakit yang muncul akibat kurangnya menjaga Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Metode: Metode yang dilakukan adalah dengan cara edukasi dengan menggunakan media video, berupa video animasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Penyuluhan ini di khususkan bagi siswa-siswi kelas 3 SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung.

Hasil: Dalam penyuluhan ini dijelaskan pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, edukasi membuang sampah pada tempatnya, dan memberikan contoh cara mencuci tangan dengan baik dan benar.

Simpulan: Dari penyuluhan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa siswa-siswi SDN 1 Marang Maritim dapat meningkatkan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat cara mencuci tangan dengan baik dan benar dan membuang sampah pada tempatnya.

Kata kunci: Perilaku; Hidup Bersih dan Sehat; Siswa; Edukasi.

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan seseorang untuk selalu memperhatikan kebersihan, kesehatan dan berperilaku sehat. Program PHBS yang telah dilaksanakan sejak tahun 1996 oleh Pusat Penyuluhan Kesehatan Masyarakat yang saat ini disebut pusat Promosi Kesehatan. Kebijakan nasional promosi kesehatan untuk mendukung upaya peningkatan perilaku sehat ditetapkan sesuai Peraturan Menteri Kesehatan RI.No.2269/MENKES/PER/XI/2011 yaitu mengenai "Pedoman pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)" (Kementerian Kesehatan RI, 2010).

Jumlah anak sekolah diperkirakan mencapai 30% dari total penduduk Indonesia atau sekitar 73 juta orang. Besarnya jumlah anak usia sekolah merupakan aset atau modal utama pembangunan dimasa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Sekolah merupakan tempat yang strategis untuk kehidupan anak, sehingga dapat difungsikan secara tepat sebagai salah satu institusi yang dapat membantu dan berperan dalam upaya optimalisasi tumbuh kembang anak usia sekolah dengan upaya promotif dan preventif (Kementerian Kesehatan RI, 2010).

Institusi Pendidikan dipandang sebagai sebuah tempat yang strategis untuk mempromosikan kesehatan. Sekolah juga merupakan institusi yang efektif untuk mewujudkan pendidikan kesehatan, dimana peserta didik dapat diajarkan tentang maksud perilaku sehat dan tidak sehat serta konsekuensinya. Selain itu usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai *agent of change* untuk mempromosikan PHBS

baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat (Sirajuddin, Masni, & Najamuddin 2019).

PHBS tatanan institusi pendidikan 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 (Atikah & Rahmawati, 2012).

Anak sekolah sebagai sasaran promosi PHBS terutama tingkat pendidikan dasar (SD dan SMP). Hal ini dikarenakan kelompok umur ini mudah menerima inovasi baru dan punya keinginan kuat untuk menyampaikan pengetahuan dan informasi yang diterimanya kepada orang lain. Anak sekolah merupakan kelompok anak yang usianya seimbang, sehingga memiliki kemampuan dan perkembangan yang sama. Metode pendidikan kesehatan yang cocok untuk kelompok adalah metode ceramah. Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sekolah terdiri dari beberapa indikator yaitu mencuci tangan dengan air yg mengalir dan memakai sabun, mengkonsumsi jajanan di warung atau kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih & sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, dan membuang sampah pada tempatnya (Departemen Kesehatan RI, 2011).

Perilaku anak jajan disembarang tempat yang kebersihannya tidak dapat dikontrol oleh pihak sekolah dan tidak terlindung dapat tercemar oleh debu dan kotoran yang mengandung telur cacing, hal ini dapat menjadi sumber penularan infeksi kecacingan pada

Nurhalina Sari¹, Diah Astika Winahyu^{2*}, Hardini Ariningrum³, Khoidar Amirus¹, Desna Sari Putri¹, Chanita Sari Manulang¹, Hafira Fitri Usfa¹, Trisia Dira Yuniar¹

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

² Analisis Farmasi dan Makanan, Universitas Malahayati

³ Akuntansi, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Diah Astika Winahyu. Email: astika.diah@gmail.com

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan sekolah SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung

anak. Selain melalui tangan, transmisi telur cacing dapat juga melalui makanan dan minuman, terutama makanan jajanan yang tidak dikemas dan tidak tertutup rapat. Telur cacing yang ada ditengah/debu akan sampai pada tangan tersebut jika diterbangkan oleh angin atau dapat juga melalui lantai yang sebelumnya hinggap ditengah/selokan sehingga kaki-kakinya membawa telur cacing tersebut, terutama pada jajanan yang tidak tertutup (Umar, 2008).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat merupakan pengertian lain dari PHBS menurut (Proverawati dan Rahmawati, 2012). Hasil survey pendahuluan yang dilakukan di SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung menunjukkan bahwa siswa kelas 3 yang berjumlah 35 orang, hanya 27 orang (48,5%) saja yang memiliki kebiasaan mencuci tangan pakai sabun. Dampak dari pengetahuan dan pemahaman yang kurang tentang PHBS diduga menjadi salah satu faktor penyebab tingginya kasus penyebaran penyakit menular seperti diare, DBD, dll. Oleh karena itu diperlukan upaya pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan pada siswa khususnya dan masyarakat umum SDN1 Karang Maritim.

METODE

Persiapan

Program pengabdian ini ditujukan pada wilayah Karang Maritim Bandar Lampung di SDN 1 Karang Maritim. Kegiatan pengabdian dilaksanakan oleh tim pengabdian Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Universitas Malahayati. Metode kegiatan yang dilakukan dalam rangka menyelesaikan kegiatan pengabdian ini yaitu: tahap pertama kelompok ingin mengetahui sejauh mana tingkat perilaku hidup bersih

dan sehat di SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung, yang berkaitan dengan perilaku sehari-hari dalam lingkup kesehatan dan kebersihan yang dilakukan oleh siswa/siswi kelas 3 SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung. Persiapan yang dilakukan meliputi analisis situasi, melakukan koordinasi untuk menentukan pelaksanaan pertemuan, menyusun usulan PKM dan pengajuan usulan PKM.

Pelaksanaan

Pengabdian dilakukan pada bulan Agustus 2022 di SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung yang berlangsung kurang lebih selama 60 menit. Dalam pelaksanaan berjalan dengan tertib dan lancar. Para peserta sangat bersemangat mendapatkan edukasi tersebut. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan ceramah singkat dan pemberian teori secara visual bagaimana cara mencuci tangan dengan baik dan benar. Kemudian pemberian demonstrasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat serta teknik cuci tangan secara individu yang dipandu oleh tim mahasiswa.

Evaluasi

Pre test dalam acara tersebut terdapat penyampaian materi dengan menampilkan video animasi tentang PHBS, tanya jawab, dan praktek langsung/demonstrasi tentang PHBS. Dalam acara tersebut sasaran sangat antusias dalam melaksanakan kegiatan penyuluhan PHBS ini. Sedangkan Pos test dalam acara tersebut juga terdapat sesi tanya jawab yang disampaikan oleh pemateri yang tertuju kepada anak SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung tepatnya anak SD kelas 3. Mereka yang tidak tahu sebelumnya akan materi PHBS setelah diberikan penyuluhan yang kami adakan menjadi lebih paham dan mengetahui pentingnya PHBS.

Nurhalina Sari¹, Diah Astika Winahyu^{2*}, Hardini Ariningrum³, Khoidar Amirus¹, Desna Sari Putri¹, Chanita Sari Manulang¹, Hafira Fitri Usfa¹, Trisia Dira Yuniar¹

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

² Analisis Farmasi dan Makanan, Universitas Malahayati

³ Akuntansi, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Diah Astika Winahyu. Email: astika.diah@gmail.com

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan sekolah SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung

HASIL



Gambar 1. Foto bersama anak-anak Sekolah SDN 1 Karang Maritim



Gambar 2. Penyerahan Plakat kepada Kepala Sekolah SDN 1 Karang Maritim

Pelaksanaan kegiatan PHBS bagi anak sekolah ini merujuk pada 4 langkah *action research* yaitu: perencanaan, tindakan, observasi, dan evaluasi, serta refleksi. Tahapan tersebut dijelaskan sebagai berikut: Perencanaan: Perizinan ke kelurahan karang maritim, SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung, Sosialisasi program penyuluhan PHBS di SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung yang melibatkan siswa, guru dan tim pelaksana, penyusunan program penyuluhan dan pelayanan fasilitas. Pelaksanaan: Dalam kegiatan ini berupa implementasi program kegiatan yang dilaksanakan adalah Edukasi program PHBS untuk siswa, mendemonstrasikan metode cuci tangan yang benar, edukasi membuang sampah pada tempatnya. Observasi, monitoring dan evaluasi:

Observasi dilakukan terhadap proses implementasi kegiatan berdasarkan indikator program PHBS. Instrumen yang digunakan untuk observasi dan monitoring berupa cek list dan pengisian kolom-kolom berdasarkan kriteria indikator program PHBS. Refleksi: Dilakukan terhadap kegiatan yang telah dilaksanakan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui kekurangan-kekurangan atau kelebihan-kelebihan terhadap kegiatan yang telah dilakukan dalam rangka untuk menetapkan rekomendasi terhadap keberlangsungan pengembangan kegiatan berikutnya.

PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) pada anak sekolah dilakukan di satu

Nurhalina Sari¹, Diah Astika Winahyu²*, Hardini Ariningrum³, Khoidar Amirus¹, Desna Sari Putri¹, Chanita Sari Manulang¹, Hafira Fitri Usfa¹, Trisia Dira Yuniar¹

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

² Analisis Farmasi dan Makanan, Universitas Malahayati

³ Akuntansi, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Diah Astika Winahyu. Email: astika.diah@gmail.com

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan sekolah SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung

sekolah yaitu SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung dengan peserta sejumlah 27 siswa. Kegiatan penyuluhan PHBS berjalan lancar, semua siswa antusias mengikuti PKM ini. Berdasarkan hasil pre test dan pos test, kegiatan sosialisasi ini mampu meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa agar dapat mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat. Kesehatan menjadi bagian yang penting untuk dimiliki oleh setiap orang agar dapat melakukan aktivitas. Kesadaran akan pentingnya kesehatan perlu ditanamkan sejak usia sedini mungkin pada anak usia sekolah. Upaya yang dilakukan Institusi pendidikan dipandang sebagai sebuah tempat yang strategis untuk mempromosikan kesehatan. Sekolah juga merupakan institusi yang efektif untuk mewujudkan pendidikan kesehatan, dimana peserta didik dapat diajarkan tentang maksud perilaku sehat dan tidak sehat serta konsekuensinya. Selain itu, usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai *agent of change* untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat (Sirajuddin, Masni, & Najamuddin, 2019).

Pelaksanaan PHBS di sekolah dapat dimulai dari hal yang sederhana seperti mencuci tangan dengan sabun. Meningkatnya perilaku cuci tangan yang benar (cuci tangan dengan air yang mengalir dan sabun), setelah buang air besar, sebelum makan serta sebelum menyiapkan makanan maka perilaku ini bermanfaat untuk meningkatkan pencapaian derajat kesehatan (Parasyanti, Yanti, & Mastini, 2020).

Laporan World Health Organization menyebutkan bahwa diare masih merupakan penyakit yang menjadi perhatian khusus dari target Sustainable Development Goals (SDGs). Hal ini disebabkan pada tahun 2018 diperkirakan sebanyak 38,5% ber-PHBS buruk yang menyebabkan penyakit diare (WHO, 2017).

SIMPULAN

Dilaksanakan penyuluhan PHBS di sekolah dasar dapat membantu program pemerintah dalam

mengedukasi siswa dan siswi khususnya di Kelurahan Karang Maritim mengenai PHBS di usia sekolah, karena pencegahan penyakit yang ditimbulkan akibat PHBS bukan hanya tanggung jawab ibu dan ayah saja tetapi semua pihak seperti pemerintah dan pemangku jabatan yang lainnya. Penyuluhan atau mengedukasi ke siswa dan siswi ini harus dilakukannya secara terus menerus atau secara berkelanjutan agar dapat menambah wawasan siswa dan siswi. Tidak hanya itu guru dan tenaga kesehatan juga dapat mensosialisasikan penyuluhan mendalam terkait pentingnya PHBS tersebut agar siswa dan siswi lebih menjaga dan menerapkan perilaku hidup dan bersih dan sehat dengan cara cuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun. Sebab anak-anak siswa siswi SDN 1 Karang Maritim sangat antusias saat diberikan penyuluhan yang dilakukan Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Strata Satu Kesehatan Masyarakat tahun 2019.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami sampaikan ucapan terimakasih banyak terhadap Kelurahan Karang Maritim dan Guru SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung dimulai dari persiapan dengan perizinan untuk sosialisasi, mempersiapkan sarana dan prasarana yang akan digunakan dan berkoordinasi untuk waktu dan tempat yang dilakukan Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Prodi Strata Satu Kesehatan Masyarakat tahun 2019. Dan terimakasih untuk adik-adik siswa kelas 3 SDN 1 Karang Maritim sudah semangat dan antusias mendengarkan sosialisasi mengenai pentingnya PHBS di lingkungan sekolah untuk mencegah penyakit diare dan cacingan.

DAFTAR PUSTAKA

Anggraeni, R., Feisha, A. L., Mufliah, T., Muthmainnah, F., Syaifuddin, M. A. R., Aulyah, W. S. N., & Rachmat, M. (2022). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan

Nurhalina Sari¹, Diah Astika Winahyu^{2*}, Hardini Ariningrum³, Khoidar Amirus¹, Desna Sari Putri¹, Chanita Sari Manulang¹, Hafira Fitri Usfa¹, Trisia Dira Yuniar¹

¹ Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

² Analisis Farmasi dan Makanan, Universitas Malahayati

³ Akuntansi, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Diah Astika Winahyu. Email: astika.diah@gmail.com

Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di tatanan sekolah SDN 1 Karang Maritim Bandar Lampung

- pengetahuan murid sekolah dasar. Promotif: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(1), 65-75.
- Atikah, P., & Rahmawati, E. (2012). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). *Yogyakarta: Nuha Medika*.
- Departemen Kesehatan RI, 2011, Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Jakarta: Depkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Diakses: <https://promkes.kemkes.go.id/perilaku-hidup-bersih-sehat>
- Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Diakses: <https://sekolah.data.kemdikbud.go.id/index.php/chome/profil/C0B40572-8B18-E111-A567-43EF8A99B70F>
- Parasyanti, N. K. V., Yanti, N. L. G. P., & Mastini, I. G. A. A. P. (2020). Pendidikan kesehatan cuci tangan pakai sabun dengan video terhadap kemampuan cuci tangan pada siswa SD. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(1), 122-130.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2269/MENKES/PER/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), diakses tanggal 9 April 2023
- Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2012). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)(Yogyakarta).
- Sirajuddin, S., Masni, M., & Najamuddin, U. (2019). Peningkatan praktek gizi seimbang dan PHBS Pada murid sekolah dasar. *Media Gizi Pangan*, 25(2), 13-19.
- Umar, Z. (2008). Perilaku cuci tangan sebelum makan dan kecacingan pada murid SD di Kabupaten Pesisir Selatan Sumatera Barat. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional (National Public Health Journal)*, 2(6), 249-254.
- World Health Organization. (2017). Global diffusion of eHealth: making universal health coverage achievable: report of the third global survey on eHealth. World Health Organization.

Nurhalina Sari¹, Diah Astika Winahyu^{2*}, Hardini Ariningrum³, Khoidar Amirus¹, Desna Sari Putri¹, Chanita Sari Manulang¹, Hafira Fitri Usfa¹, Trisia Dira Yuniar¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Malahayati

²Analisis Farmasi dan Makanan, Universitas Malahayati

³Akuntansi, Universitas Malahayati

Korespondensi Penulis: Diah Astika Winahyu. Email: astika.diah@gmail.com