

EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI 101737 KECAMATAN SUNGGAL

Hartika Samgrycy Siagian¹, Sri Rezeki Samosir², Ratih Anggraeni³

^{1,2}Dosen Prodi S1 Farmasi, Universitas Imelda Medan, Indonesia

³Dosen Institut Kesehatan Medistra, Indonesia

Info Artikel

Riwayat Artikel:

Diterima, 21 Mei 2024

Direvisi, 27 Mei 2024

Diterima, 28 Mei 2024

Kata Kunci:

PHBS

Siswa

Edukasi

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) harus diterapkan sebagai wujud kesadaran pada masalah kesehatan yang dapat dilakukan oleh seseorang. Salah satu upaya untuk mewujudkan hal tersebut melalui edukasi PHBS dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. PHBS di lingkungan sekolah yaitu mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengkonsumsi 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. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan melalui penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Tujuan penyuluhan ini adalah meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 69 orang, siswa – siswi kelas 1,2,3 SDN Negeri 101737 Sunggal. Pengabdian ini menggunakan metode ceramah dan demonstrasi dengan pemutaran video PHBS dan evaluasi kegiatan dilakukan dengan tanya jawab kepada peserta. Setelah dilakukan penyuluhan peserta mengalami peningkatan pengetahuan tentang PHBS dimana kegiatan pengabdian ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap PHBS. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi PHBS di sekolah mampu meningkatkan gaya hidup sehat sejak dini ditandai dengan peningkatan pengetahuan peserta tentang PHBS, dimana peserta menunjukkan sikap positif terhadap program PHBS serta mampu melakukan tindakan berkaitan dengan PHBS. Kegiatan pengabdian masyarakat serupa harus terus dilakukan sebagai bentuk penguatan dengan mencakup sasaran yang lebih banyak dan menjangkau area yang lebih luas lagi khususnya sekolah-sekolah yang belum pernah dijangkau.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:

Hartika Samgrycy Siagian,

Program Studi S1 Farmasi,

Universitas Imelda Medan,

Jl. Bilal No. 52 Kelurahan Pulo Brayan Darat I Kecamatan Medan Timur, Medan - Sumatera Utara.

Email: hartikasiagian@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) harus diterapkan sebagai wujud kesadaran pada masalah kesehatan yang dapat dilakukan oleh seseorang. Program penerapan PHBS merupakan upaya untuk memberikan pelajaran berupa pengalaman pada setiap individu, anggota keluarga, sekumpulan, maupun pada masyarakat umum (Gani et al., 2015). Pelajaran dapat melalui media komunikasi, pemberian berita, serta adanya pendidikan agar terjadi peningkatan pengetahuan, perubahan sikap dan perilaku melalui metode pendekatan dari pimpinan. Tujuannya adalah agar terbentuknya masyarakat yang menerapkan cara kebiasaan hidup yang sehat pada kesehariannya yang merupakan upaya dalam meningkatkan derajat kesehatannya pada lingkungan masyarakat (Wati & Ridlo, 2020).

Senada dengan (Salim et al., 2021) yang menyatakan bahwa PHBS dapat mewujudkan pembangunan kesehatan yang diselenggarakan dalam upaya kesehatan dalam bentuk pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan, pengobatan penyakit dan pemulihan kesehatan yang dilaksanakan secara terpadu, terintegrasi dan berkesinambungan. Salah satu upaya untuk mewujudkan hal tersebut melalui edukasi PHBS dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. PHBS di lingkungan sekolah yaitu mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, 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 (Bungai et al., 2022).

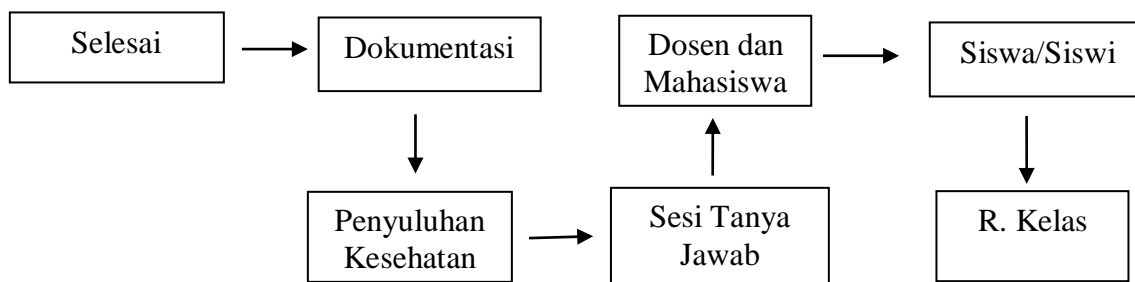
Berdasarkan observasi awal dengan pihak sekolah ditemukan bahwa pemahaman siswa tentang PHBS masih kurang seperti masih banyak yang pergi sekolah tidak mandi pagi, tidak menggosok gigi dan cuci tangan tidak menggunakan sabun. Oleh karena itu perlu dilakukan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat kepada siswa SD 101737. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa SD No 101737 tentang PHBS. Lokasi penyuluhan dilakukan di Sekolah Dasar Negeri No 101737 dan mana di lokasi tersebut belum pernah dilakukan penyuluhan kesehatan sebelumnya tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan penyuluhan bertujuan menciptakan lingkungan sekolah yang sehat sehingga terjadi peningkatan kesehatan bagi warga sekolah.

2. METODE

Kegiatan penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat siswa di SD Negeri No 101737 dilaksanakan pada tanggal 20 Maret 2024. Peserta kegiatan ini dihadiri oleh siswa yang berjumlah 69 orang, yaitu siswa- siswi kelas 1, 2 dan 3. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam kegiatan edukasi ini yaitu:

- a. Penyuluhan yang ditujukan kepada siswa SD Negeri No 101737 yang menjadi kelas 1, 2 dan 3
- b. Pemutaran video terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)
- c. Tanya jawab dan diskusi

Tim pelaksana dalam penyuluhan ini adalah dosen dan mahasiswa Universitas Imelda Medan. Pelaksanaan kegiatan ini berlangsung selama 50 menit dan dilanjutkan dengan tanya jawab 30 menit. Sesi tanya jawab pertama berlangsung dengan dua pertanyaan, dan karena peserta sangat antusias, maka kesempatan selanjutnya diberikan kepada 10 peserta untuk bertanya. Setelah pertanyaan diajukan kemudian dosen menjawab pertanyaan tersebut dan peserta sangat senang dan dapat memahami jawaban tersebut.



Gambar 1. Tahapan Proses Pengabdian Masyarakat

3. HASIL DAN ANALISIS

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan di SD Negeri 101737 Kecamatan Sunggal pada siswa menyampaikan beberapa materi antara lain pengertian perilaku hidup bersih dan sehat dan upaya hidup bersih dan sehat. Keberhasilan penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat dapat dilihat dari observasi lisan sebagai berikut:

Tabel 1. Pengertian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat

| Pengertian Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat | |
|--|---|
| Program PHBS | <p>Program PHBS bertujuan menciptakan perilaku yang sistematis dan terkoordinasi tentang hidup sehat bagi individu, keluarga dan masyarakat. PHBS dikelompokkan menjadi lima tatanan yaitu :</p> <ol style="list-style-type: none"> (1) Tatanan rumah tangga (2) Tatanan tempat kerja (3) Tatanan institusi pendidikan atau sekolah (4) Tatanan tempat umum (5) Tatanan fasilitas kesehatan <p>PHBS di sekolah merupakan kegiatan pemberdayaan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah dalam melaksanakan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah sehat. Manfaat PHBS di sekolah yaitu agar semua elemen yang ada di sekolah mampu menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat, meningkatkan kualitas pembelajaran bagi siswa dan guru (Hendrawati et al., 2020).</p> |
| Indikator PHBS di Sekolah | <ol style="list-style-type: none"> 1. Cuci tangan dengan sabun sebelum atau sesudah makan 2. pangan jajanan sehat 3. penggunaan jamban bersih dan sehat 4. olahraga teratur 5. kerja bakti bersama di lingkungan sekolah 6. buang sampah pada tempatnya <p>(Tarigan et al., 2022)</p> |

Kegiatan Penyuluhan Kesehatan berjalan dengan baik dan mendapat sambutan hangat dari seluruh pihak sekolah dasar (SD) No: 101737 Kecamatan Sunggal dan juga murid- murid kelas satu, dua dan tiga. Berikut materi yang disampaikan dalam penyuluhan kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat:

- a. Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan
- b. Mengonsumsi jajanan sehat
- c. Menggunakan jamban bersih dan sehat
- d. Olahraga yang teratur
- e. Melakukan kerja bakti di lingkungan sekolah
- f. Membuang sampah pada tempatnya

Menurut (Mulat et al., 2023) menyatakan bahwa pengetahuan dan pemahaman peserta terhadap perilaku hidup bersih dan sehat mengalami peningkatan dan peserta merasakan manfaat kegiatan edukasi ini dan akan berupaya untuk membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia dini. Kegiatan serupa dapat dilanjutkan pada sekolah di daerah lain dengan melibatkan instansi terkait dan melibatkan petugas kesehatan sebagai upaya untuk menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia dini.

Menurut (Suhadi et al., 2024) menyatakan kesimpulan dari kegiatan ini adalah para siswa mampu mengetahui dan memahami serta dapat mempraktekan dalam kehidupan sehari-hari cara mencuci tangan dengan baik dan benar, menjaga personal hygiene serta menjalani gaya hidup yang sehat.

Dari hasil kegiatan penyuluhan diperoleh bahwa sebelum dilakukan penyuluhan, tingkat pengetahuan anak usia sekolah tentang perilaku hidup bersih dan sehat masih rendah, saat dilakukan pretest lisan diawal kegiatan, tidak ada siswa – siswi yang bisa menjawab. Setelah dilakukan penyuluhan terjadi peningkatan pengetahuan siswa – siswi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini menunjukkan dengan diberikannya penyuluhan agar dapat menambah pengetahuan siswa – siswi di SD Negeri 101737 Kecamatan Sunggal.

4. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi PHBS di sekolah mampu meningkatkan gaya hidup sehat sejak dini ditandai dengan peningkatan pengetahuan peserta tentang PHBS, dimana peserta menunjukkan sikap positif terhadap program PHBS serta mampu melakukan tindakan berkaitan dengan PHBS. Kegiatan pengabdian masyarakat serupa harus terus dilakukan sebagai bentuk penguatan dengan mencakup sasaran yang lebih banyak dan menjangkau area yang lebih luas lagi khususnya sekolah-sekolah yang belum pernah dijangkau.

DAFTAR PUSTAKA

- Bungai, J., Sasmithae, L., & Perdana, I. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Sekolah Dasar Di Desa Canggang Kabupaten Murung Raya Kalimantan Tengah. *Al-Madrasah : Jurnal Ilmiah Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(4), 1305–1315. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35931/am.v6i4.1247>
- Gani, H. A., Istiaji, E., & Pertiwi, P. E. (2015). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Using (Studi Kualitatif di Desa Kemiren, Kecamatan Glagah, Kabupaten Banyuwangi). *Ikesmas: Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 25–35. <https://jurnal.unej.ac.id/index.php/ikesma/article/view/4347>
- Hendrawati, S., Rosidin, U., & Astiani, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa/siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN). *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(1), 295–307. <https://doi.org/https://doi.org/10.32584/jpi.v4i1.454>
- Mulat, T. C., Yuriatson, Asmi, A. S., & Rukina. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar. *Abdimas Polsaka: Jurnal Pengabdian Kepada*

- Masyarakat*, 2(1), 43–47.
<https://doi.org/https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v2i1.31>
- Salim, M. F., Syairaji, M., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19–24. <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jp2m.51342>
- Suhadi, Sato, M., Takui, S., Fithria, Jafriati, & Sabilu, Y. (2024). Edukasi Kesehatan dalam Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Sekolah Dasar di SD Negeri 02 Bokori. *VEOMPUH: Journal Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 61–65. <https://doi.org/https://doi.org/10.37887/vj.v1i1.10>
- Tarigan, K., G., J., S., J., Tanjung, R., & Aulia, R. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Masyarakat Untuk Mencegah Penyebaran Covid-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Akademisi*, 1(2), 52–59. <https://doi.org/https://doi.org/10.54099/jpma.v1i2.152>
- Wati, P. D. C. A., & Ridlo, I. A. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 47–58. <https://doi.org/https://doi.org/10.20473/jpk.V8.I1.2020.47-58>