

Peningkatan Kesadaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Sekolah

Zilfadhilah Arranury

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar, Makassar

Email Korespondensi: zilfadhilah.ar@uin-alauddin.ac.id

Submit: 26 Agustus 2022

In Review: 27 Agustus 2022

Publish Online: 31 Agustus 2022

ABSTRAK

Pemberian edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia dini menjadi sebuah kegiatan yang baik untuk menanamkan pentingnya kebersihan sebagai upaya untuk menjaga Kesehatan diri sendiri, masyarakat, dan lingkungan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman anak sekolah melalui kegiatan intervensi berupa penyuluhan dan pemasangan poster tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, serta pemilihan duta PHBS untuk keberlanjutan dari pengabdian yang telah dilakukan. Target dalam kegiatan ini adalah seluruh siswa kelas 4 dan 5 SDN 41 Laiya, Kecamatan Cenrana, Kabupaten Maros. Indikator keberhasilan dalam kegiatan ini adalah 70% anak meningkat pemahamannya terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil kegiatan menunjukkan terdapat perbedaan pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dengan kategori pengetahuan yang baik setelah penyuluhan yaitu 100%. Diharapkan dengan adanya kegiatan pengabdian ini, peserta didik dapat mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat secara mandiri mencegah penyakit dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat.

Kata Kunci: penyuluhan, PHBS, anak sekolah

ABSTRACT

Providing education about clean and healthy living habits in early childhood is a good activity to instill the importance of cleanliness as an effort to maintain the health of oneself, society and the environment. This activity aimed to increase the knowledge and understanding of school children through intervention activities in the form of counseling and placing posters about the importance of clean and healthy living behavior, as well as selecting PHBS ambassadors for the continuation of the service that has been carried out. The target for this activity was all grade 4 and 5 students at SDN 41 Laiya, Cenrana District, Maros Regency. The indicator of success in this activity was that 70% of children had an increased understanding of clean and healthy living behaviors. Evaluation was carried out using a questionnaire related to clean and healthy living behavior. The results of the activity showed that there were differences in knowledge before and after counseling with the category of good knowledge after counseling, namely 100%. It is hoped that with this service activity, students can practice clean and healthy living behaviors in everyday life so that they can independently prevent disease and play an active role in creating a healthy environment.

Keywords: *counseling, clean living behavior, school children*

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, masyarakat di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil dari pembelajaran, sehingga dapat secara mandiri mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, 2021).

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan salah satu misi dari pembangunan Kesehatan di Indonesia yang dapat dilakukan melalui penanaman Pendidikan tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak sedini mungkin dalam hal ini anak sekolah. Sekolah dasar sebagai jenjang Pendidikan formal pertama anak untuk mengajarkan dan menanamkan kepada mereka paradigma perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga mereka dapat membiasakannya dalam kegiatan sehari-hari. Apabila tidak ditanamkan sejak dini, maka akan berpengaruh pada perilaku sehat anak di kemudian hari.

Untuk terwujudnya di tatanan sekolah, maka perlu untuk diupayakan terutama untuk meningkatkan kesadaran diri anak sekolah dengan didukung adanya sarana dan prasarana. Anak sekolah dapat dikatakan sasaran yang paling tepat dalam konteks perubahan perilaku, pengetahuan dan kebiasaan berperilaku hidup sehat. Anak sekolah sebagai generasi penerus bangsa yang akan melanjutkan cita-cita bangsa tentu harus dijaga, dilindungi, dan ditingkatkan kesehatannya. Usia anak sekolah merupakan usia emas untuk menanamkan paradigma hidup sehat, karena anak memiliki potensi menjadi agen perubahan untuk memperkenalkan atau bahkan menjadi contoh untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, baik di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat (Hidayani & Sugesti, 2020).

Peserta didik merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga bisa berpengaruh pada proses, perkembangan serta prestasi belajar peserta didik (Ezra Sanger et al., 2021). Indikator penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah antara lain dengan mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan tinggi badan, serta membuang sampah pada tempatnya (Kemenkes RI, 2011).

Dusun Laiya merupakan salah satu dusun yang ada di Kecamatan Cenrana Kabupaten Maros dengan jumlah penduduk 153 jiwa dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 72 jiwa dan perempuan sebanyak 81 jiwa.

Berdasarkan data yang kami peroleh dari hasil wawancara kepada warga Dusun Laiya dengan menggunakan kuesioner, kami sudah dapat merumuskan beberapa indikator masalah yang kami susun dalam beberapa prioritas masalah yang akan menjadi program kerja kami selama kegiatan yang merupakan wujud intervensi kami terhadap masalah yang kami prioritaskan atau utamakan.

Beberapa indikator masalah Kesehatan yang kami temukan pada data sebelumnya dan juga berdasarkan hasil FGD dengan tokoh masyarakat, meliputi:

1. Masalah penyakit diare
2. Masalah pengelolaan sampah
3. Masalah kepemilikan jamban

Permasalahan Kesehatan yang ditemukan di Dusun Laiya sangat dipengaruhi oleh

perilaku hidup bersih dan sehat masyarakat yang masih kurang. Sehingga, pengabdian ini dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran terkait perilaku hidup bersih dan sehat dalam hal ini anak sekolah sebagai sasaran yang tepat untuk perubahan perilaku dengan mengajarkan dan menanamkan sedini mungkin melalui kegiatan penyuluhan peningkatan kesadaran perilaku hidup bersih dan sehat.

METODE

Kegiatan penyuluhan dalam agenda pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada hari Senin 13 Desember 2021 di Desa Laiya Kecamatan Cenrana Kabupaten Maros dengan target siswa-siswa kelas 4 dan 5 SDN 41 Laiya. Dalam melaksanakan kegiatan pengabdian ini, tim pengabdian bekerjasama dengan pemerintah setempat untuk memecahkan masalah yang dihadapi. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada peserta didik terkait indikator-indikator PHBS di sekolah melalui penyuluhan, pemasangan poster, dan pemilihan duta PHBS untuk mempertahankan keberlanjutan dari kegiatan pengabdian ini. Adapun sasaran dari kegiatan pengabdian ini adalah peserta didik di SDN 41 Laiya. Indikator keberhasilan dalam kegiatan ini ialah 70% anak meningkat pemahamannya terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner terkait dengan perilaku hidup bersih dan sehat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan dengan melakukan intervensi non-fisik berupa penyuluhan "perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah" yang dilaksanakan di SDN 41 Laiya Kecamatan Cenrana Kabupaten Maros. Sebelum kegiatan dilaksanakan, kami memberikan pre test terlebih dahulu untuk mengetahui tingkat pengetahuan terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Dan pada saat kegiatan dilaksanakan, siswa-siswi kelas 4 dan 5 SDN 41 Laiya sangat antusias mengikuti penyuluhan, ditandai dengan kehadiran seluruh siswa-siswi dan pada saat penyuluhan dilaksanakan mereka sangat bersemangat mengikuti kegiatan tersebut. Setelah kegiatan penyuluhan dilaksanakan, kami juga memberikan post test untuk mengetahui perubahan pengetahuan terkait perilaku hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan intervensi yang telah dilakukan didapatkan hasil analisis sebagai berikut.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	Jumlah (n)	Persentase (%)
Laki-laki	12	37,5
Perempuan	20	62,5
Total	32	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 32 responden yang mengikuti penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat terdapat 12 (37,5%) responden berjenis kelamin laki-laki dan 20 (62,5%) berjenis kelamin perempuan.

Tabel 2. Hasil Uji Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan

Pengetahuan	Pre Test		Post Test		P Value
	n	%	n	%	
Baik	6	18,75	32	100	0,001
Kurang	26	81,75	0	0	
Total	32	100	32	100	

Tabel 2 menunjukkan hasil penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat bahwa pengetahuan sebelum penyuluhan yaitu 26 (81,75) yang memiliki pengetahuan kurang dan 6 (18,75%) memiliki pengetahuan baik. Sedangkan setelah dilakukan penyuluhan didapatkan 32 (100%) responden memiliki pengetahuan baik. Sehingga berdasarkan indikator keberhasilan, untuk kegiatan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat dapat dikatakan berhasil karena semua responden memiliki pengetahuan baik setelah mengikuti penyuluhan 100%.

Setelah diuji dengan menggunakan uji Wilcoxon pengetahuan sebelum dan setelah penyuluhan diperoleh bahwa nilai *significancy* menunjukkan $p=0.001$. Karena nilai $p<0,05$ dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan. Dengan kata lain, penyuluhan perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) memberi pengaruh terhadap pengetahuan anak SD yang menjadi responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ezra Sanger et al., (2021) bahwa terdapat peningkatan pengetahuan yang signifikan pada kelompok yang mendapatkan penyuluhan dengan nilai $P=0,000$ dan penelitian yang dilakukan Muhani et al., (2022) bahwa setelah dilakukan penyuluhan siswa-siswi di SD Negeri 1 Langkapura menjadi lebih paham tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

PHBS di Sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah sehat (Aminah et al., 2021). 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 (Ayu et al., 2018).

Setelah dilakukan penyuluhan, kami juga melakukan penempelan poster PHBS di setiap kelas dan pemilihan duta PHBS yang dipilih dari salah satu siswa yang mengikuti penyuluhan. Kegiatan ini bekerja sama dengan pihak sekolah untuk melakukan pengawasan. Kegiatan ini dilakukan agar perilaku hidup bersih dan sehat khususnya anak sekolah dapat terus berlanjut sehingga dapat mewujudkan lingkungan sekolah dan lingkungan masyarakat yang bersih dan sehat. Melalui intervensi ini, diharapkan anak sekolah dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatannya untuk mengatasi masalah Kesehatan secara mandiri (Rusdi et al., 2021)

KESIMPULAN

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan pemahaman kepada anak sekolah khususnya siswa-siswi SDN 41 Laiya mengenai perilaku hidup bersih dan sehat agar mereka dapat melakukan pencegahan penyakit secara mandiri dan dapat menjadikan perilaku tersebut menjadi kebiasaan dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat terwujud lingkungan yang nyaman dan sehat. Hasil kegiatan ini menunjukkan terdapat perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan dan dikatakan

berhasil karena pengetahuan yang baik setelah dilakukan penyuluhan mencapai 100% melebihi indikator keberhasilan 70%.

Diharapkan dengan dilakukannya kegiatan intervensi ini, anak sekolah menjadi lebih antusias untuk menjaga kebersihan diri dan lingkungannya, serta dapat menjadi contoh untuk berperilaku hidup bersih dan sehat bagi orang di sekitarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Wibisana, E., Huliatusisa, Y., & Magdalena, I. (2021). Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal JKFT: Universitas Muhammadiyah Tangerang*, 6(1), 18–28. <http://jurnal.umt.ac.id/index.php/jkft/article/view/5214>
- Ayu, S. M., Kurniawan, A., Ahsan, A. Y., & Anam, A. K. (2018). Peningkatan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini Di Desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 20–27. <https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.437>
- Ezra Sanger, P., Engkeng, S., & Munayang, H. (2021). Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Saht (PHBS) Terhadap Pengetahuan Peserta Didik SMP Negeri 1 Tompasobaru Minahasa Selatan. *Jurnal KESMAS*, 10(3), 118–122.
- Hidayani, H., & Sugesti, R. (2020). Menggiatkan Kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Di Lingkungan Sekolah Mi Wijaya Kusuma. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju*, 1(01), 17–23. <https://doi.org/10.33221/jpmim.v1i01.567>
- Kemendes RI. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia: Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*.
- Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, R. dan T. (2021). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah*.
- Muhani, N., Febriani, C. A., Yanti, D. E., & Rahmah, A. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*, 4(1), 27–38.
- Rusdi, M. S., Efendi, M. R., Rustini, R., Afriyani, A., Putri, L. E. P., Kamal, S., & Surya, S. (2021). Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai Upaya Pencegahan Penyebaran Covid-19. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 47–51. <https://doi.org/10.25008/altifani.v1i1.123>