

Penkes Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa di SD Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda

Ruminem Ruminem*¹, Rita Puspa Sari², Ida Ayu Kade Sri Widiastuti³, Saprianti⁴, Najla Dalillah⁵, Resti Maya Sari⁶, Olit Mili P. S.*⁷, Sabrina Nurhalizah⁸

^{1,3}Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Mulwaraman, Samarinda, Indonesia

^{2,4,5,6,7}Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Mulwaraman, Samarinda Indonesia

*e-mail: rumjoyo65@gmail.com ¹

Abstract

Establishing Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in schools has the potential to enhance learning for both teachers and students as well as to foster a clean and healthy environment, both of which will promote the development of a healthy school community. Schoolchildren typically do not implement PHBS because of a lack of awareness and knowledge about it in the classroom. The goal of this community service project is to raise students' awareness of the significance of PHBS implementation in schools SD Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda. Prior to the health program, the majority of students had inadequate (46%) and poor (54%) category knowledge; following the health program, the majority of students had adequate (27%) and good (73%) category knowledge regarding school PHBS, and the six steps of appropriate hand washing were practiced by the students. Following health education, students' understanding of the implementation of school PHBS increased. In order to achieve a healthy school, it is advised that students actively implement PHBS indicators in the schools.

Keywords: Elementary School, Knowledge, PHBS, Students

Abstrak

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah memberikan manfaat untuk meningkatkan pembelajaran siswa dan guru serta menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, yang pada gilirannya akan mendorong terciptanya komunitas sekolah yang sehat. Karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang PHBS di sekolah, anak-anak sekolah biasanya tidak menerapkannya. Tujuan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuann siswa akan pentingnya penerapan PHBS di sekolah. SD Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda. Didapatkan sebelum program kesehatan, sebagian besar siswa memiliki pengetahuan kategori kurang baik (54%) dan cukup (46%); setelah diberikan penkes sebagian besar siswa memiliki pengetahuan tentang PHBS sekolah kategori baik (73%) dan Cukup memadai (27%), dan siswa mampu mempraktikkan enam langkah mencuci tangan yang benar. Terjadinya peningkatan pengetahuan siswa tentang penerapan PHBS sekolah setelah diberikan penkes. Disarankan agar siswa secara aktif dapat menerapkan indikator PHBS di sekolah sehingga terwujud sekolah yang sehat.

Kata Kunci: Siswa, Sekolah Dasar, PHBS, Pengetahuan,

Submitted: 17/11/2024

Revised: 16/12/2024

Accepted: 19/12/2024

PENDAHULUAN

Masa sekolah dasar adalah masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan berpotensi sebagai *agen of change* untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat sehingga tercipta sumber daya manusia yang berkualitas nantinya (Akbar et al., 2023). Menurut (Kemenkes. RI, 2018) PHBS di sekolah merupakan Upaya untuk memperkenalkan dunia kesehatan pada anak-anak di sekolah, melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran. PHBS perlu ditanamkan sejak dini pada anak-anak agar bisa terbawa sampai usia dewasa. Mengingat anak usia sekolah berada dalam usia yang rentan terhadap masalah kesehatan, yang dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk belajar, berkembang, dan berprestasi (Mailintina et al., 2024). Manfaat penerapan PHBS di sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan para siswa, guru hingga

masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat. Indikator PHBS sekolah meliputi mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan 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 mengukur tinggi badan setiap bulan, serta membuang sampah pada tempatnya (Khairunnisa et al., 2022)

Menurut (Nurlinawati et al., 2023) PHBS ditatanan sekolah sering diabaikan sehingga dapat menimbulkan dampak pada kesehatan anak, yaitu terjangkitnya penyakit infeksi, salah satunya penyakit diare dan kecacingan. Menurut WHO tercatat bahwa setiap tahunnya penyakit diare merupakan faktor penyebab meninggalnya 100.000 anak Indonesia diakibatkan oleh jajanan tidak sehat, hal ini menunjukkan bahwa anak-anak belum dapat melaksanakan PHBS. Jika PHBS kurang diterapkan di sekolah maka dampak yang akan ditimbulkan yaitu terjadi penurunan prestasi dan semangat belajar, menurunkan citra sekolah, serta suasana belajar yang tidak mendukung karena lingkungan yang kotor, keadaan kelas yang kotor, banyaknya jajanan tidak sehat dan tempat pembuangan sampah yang tidak tertata akan menimbulkan berbagai macam penyakit (Srisantyorini & Ernyasih, 2020)

Kebiasaan hidup bersih dan sehat merupakan masalah penting dan menjadi fokus dalam pencegahan timbulnya berbagai masalah kesehatan pada anak khususnya pada anak usia sekolah dasar karena rentannya anak terhadap berbagai penyakit, terutama yang berhubungan dengan saluran pencernaan seperti diare, kecacingan dan gangguan pencernaan lainnya. Permasalahan ini muncul kebanyakan disebabkan karena kurangnya informasi dan pengetahuan mengenai PHBS pada anak. Anak usia sekolah dasar dan anak juga masih mengabaikan masalah kesehatan yang sering mereka alami, sehingga dibutuhkan upaya preventif dan promotif agar anak sekolah memiliki pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS yang baik agar mencegah terjadinya beberapa masalah Kesehatan (Puspa Sari et al., 2023). Kurangnya pengetahuan seseorang tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) akan mempengaruhi kesehatannya sendiri khususnya untuk anak usia sekolah dasar (Khairunnisa et al., 2022)

Berdasarkan uraian di atas dipandang perlu untuk memberikan edukasi mengenai pengetahuan tentang pentingnya penerapan PHBS di sekolah kepada para murid SD sebagai Upaya pencegahan terjadinya masalah kesehatan bagi anak usia sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa pendidikan kesehatan tentang penerapan PHBS di sekolah dilaksanakan di SD Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda, dengan pertimbangan berdasarkan hasil wawancara diketahui bahwa di sekolah tersebut belum pernah dilakukan penyuluhan tentang PHBS, dan para murid belum mengetahui mengenai PHBS dan cara mencuci tangan yang tepat. Adapun tujuan dari penkes mengenai penerapan PHBS di sekolah bagi murid SD Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda yaitu menambah pengetahuan murid tentang pentingnya PHBS sekolah dan diharapkan para murid mampu menerapkan perilaku PHBS di sekolah sehingga tercipta perilaku dan sekolah yang sehat.

METODE

Metode kegiatan pengabdian masyarakat ini berupa pendidikan kesehatan (Penkes) yang diberikan pada murid kelas VB di SD Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda, Materi penkes yaitu tentang pentingnya penerapan PHBS di Sekolah dan Praktik mencuci tangan 6 langkah. Adapun media penkes menggunakan *slide power point*, leaflet dan tayangan video cara mencuci tangan.

Indikator keberhasilan kegiatan penkes dengan menilai pengetahuan siswa tentang PHBS di Sekolah sebelum dan setelah diberikan penkes, serta melakukan observasi kemampuan psikomotor siswa dalam mempraktikkan cara mencuci tangan dengan tepat. Alat ukur yang digunakan berupa kuesioner yang berisi pertanyaan tentang PHBS sekolah yang di isi siswa pada saat sebelum dan setelah diberikan penkes. Kuesioner berjumlah 10 pertanyaan dengan option jawaban pilihan ganda, skor 1 untuk jawaban tepat dan skor 0 untuk jawaban salah. Hasil ukur tingkat pengetahuan siswa dikategorikan berdasarkan jumlah skor jawaban benar yaitu baik (76%-100%), cukup (56 %- 75%) dan pengetahuan kurang (<56 %).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pendidikan kesehatan dilaksanakan di SD Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda pada hari Rabu, Tanggal 22 Mei 2024. Sasaran penkes yaitu seluruh siswa kelas VB yang berjumlah 30 orang. Kegiatan pengabdian masyarakat diawali dengan pemberian kuesioner pre tes untuk menggali pengetahuan siswa sebelum diberikan penkes, siswa diminta menjawab 10 soal tentang PHBS sekolah selama 15 menit. Setelah pelaksanaan pre tes dilanjutkan penyampaian materi PHBS yang meliputi pengertian, manfaat, indikator PHBS dan dampak tidak menerapkan PHBS, serta pemutaran video cara mencuci tangan 6 langkah. Setelah pemaparan materi dilanjutkan dengan tanya jawab dan redemonstrasi dari siswa untuk praktik mencuci tangan 6 langkah serta pengisian soal *post test*.



Gambar 1. Siswa mengisi soal pre tes



Gambar 2. Penyampaian materi PHBS di sekolah



Gambar 2. Praktik mencuci tangan



Gambar 4. Tim pengmas dan kepala sekolah

Setelah selesai penyampaian materi dilanjutkan dengan pengisian kuesioner *post tes* guna mengukur pengetahuan siswa apakah terjadi peningkatan pengetahuan tentang PHBS setelah diberikan penkes. Hasil pengetahuan siswa tentang PHBS dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 1. Tingkat pengetahuan siswa kelas VB tentang PHBS sebelum dan setelah pelaksanaan Penkes di SDN 010 Sungai Kunjang Samarinda

Pengetahuan	Sebelum		Setelah	
	Frekuensi	%	Frekuensi	%
Baik	0	0	22	73
Cukup	14	46.	8	27
Kurang	16	54	0	0
Jumlah	20	100	30	100

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum diberikan penkes lebih banyak kategori kurang 16 siswa (54%) dan tidak ada siswa yang memiliki pengetahuan yang baik. Setelah pemberian penkes didapatkan pengetahuan siswa lebih banyak kategori baik 22 siswa (73%) dan pengetahuan kurang tidak ada. Dapat disimpulkan bahwa setelah siswa mendapatkan penkes tentang PHBS terjadi peningkatan pengetahuan mayoritas kategori baik.

Pentingnya upaya pemberian penkes kepada siswa usia 6-12 tahun karena pada usia dini ini baik untuk mendidik dan menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersihan sebagai upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan. PHBS dilakukan tidak hanya di lingkungan rumah tapi juga di lingkungan sekolah (Nurmahmudah et al., 2018). PHBS di sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah sehat. Mengingat manfaat PHBS di sekolah yaitu mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, serta meningkatkan kenyamanan proses belajar mengajar di lingkungan sekolah (Husna & Marcellia, 2019)

Kegiatan penkes ini selain mampu meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS, juga diharapkan siswa memiliki kemauan dan kesadaran siswa untuk menerapkan PHBS sekolah secara rutin, seperti mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun sebelum mengkonsumsi makanan, menyiram jamban sampai bersih setelah siswa buang air besar/buang air kecil, membeli jajanan di kantin sekolah dan mengkonsumsi jajanan sehat yang tidak mengandung bahan tambahan pangan/BTP (seperti pengawet/boraks, pemanis buatan dan pewarna makanan buatan, dll), perilaku membuang sampah pada tempat yang telah disediakan, serta menerapkan indikator-indikator PHBS di sekolah lainnya. Pada kegiatan pengmas ini, siswa juga diajarkan bagaimana cara mencuci tangan yang tepat dan dianjurkan untuk mencuci tangan secara rutin. Menurut (Direktorat Sekolah Dasar, 2021) peserta didik perlu mencuci tangan secara teratur, terutama sebelum dan sesudah makan, setelah menggunakan toilet, setelah membuang sampah, dll, serta menjadikan kebiasaan mencuci tangan pakai sabun menjadi budaya sekolah. Melalui penerapan PHBS di sekolah, maka siswa turut berperan aktif dalam menciptakan sekolah sehat dan siswa dapat terhindar dari risiko terkena penyakit akibat tidak menerapkan PHBS seperti diare, keracunan makanan, dan lain sebagainya, sehingga siswa tumbuh menjadi anak yang sehat. Menurut (Nurlinawati, dkk, 2023) bahwa anak yang mempunyai kesehatan yang baik akan memiliki pertumbuhan yang optimal, sebagaimana standar kesehatan anak yang meliputi pertumbuhan fisik dan psikis pada umumnya dan memiliki perkembangan sesuai dengan usianya.

KESIMPULAN

Kegiatan Penkes memberikan dampak perubahan pengetahuan siswa mengenai PHBS di sekolah yang ditunjukkan adanya peningkatan pengetahuan sebelum penkes sebagian besar pengetahuan siswa kurang baik (54%) dan setelah diberikan penkes didapatkan pengetahuan siswa tentang PHBS sekolah mayoritas kategori baik (73%). Disarankan setelah siswa memiliki pengetahuan yang baik mengenai PHBS diharapkan siswa dapat secara rutin menerapkan PHBS di sekolah, sehingga tercipta lingkungan sekolah yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Pihak Sekolah Dasar Negeri 010 Sungai Kunjang Samarinda, yang telah memberikan ijin pelaksanaan dan memfasilitasi pelaksanaan kegiatan Pendidikan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Adiningsih, R., Islam, F., & Nurhidayah, D. (2023). Perilaku Hidup Bersih Dan sehat Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Sanitasi Profesional Indonesia Poltekes Kemenkes Bengkulu*, 4(1).
- Direktorat Sekolah Dasar. (2021). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di Sekolah untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid-19*.
- Husna, I., & Marcellia, S. (2019). Perilaku Hidup Bersih Dan sehat (PHBS) Siswa SD Negeri 5 Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung . *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, 2(1), 17–21.
- Kemendes. RI. (2018). *Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat*. [https://Promkes.Kemkes.Go.Id/Agenda/Phbs](https://promkes.kemkes.go.id/agenda/phbs).
- Khairunnisa, A., Maryanah, A., Nabila, S. P., Luli, K., Studi, P., Masyarakat, K., & Kesehatan, F. (2022). *Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa-Siswi MI Muhammadiyah 01 Depok*.
- Mailintina, Y., Panjaitan, R. S., Ludovikus, Saragih, B. D., Dachlina, Utami, W. A., Sapta Nurhadi, R., & Putri, M. (2024). Bersih Dan Sehat Bersama : meningkatkan Kesadaran Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di SDN Cempaka Baru 07 Jakarta. *Berbakti : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 117–126.
- Nurlinawati., & dkk. (2023). Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Kepada Siswa Sekolah Dasar. *Medical Dedication Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Unja*, 6(1), 67–73.
- Nurlinawati, N., Fitra Alfarid, D., & Ahsya Putri, I. (2023). Edukasi Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Kepada Siswa Sekolah Dasar. *MEDIC _Medical Dedication UNJA*, 6(1).
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. (2018). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *Jurnal Abdimas UMTAS*, 1(2).
- Puspa Sari, R., Ruminem, Sri Widiastuti, I. A. K., & Nopriyanto, D. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Masa Adaptasi Pasca Covid-19 Bagi Siswa Siswi SDN 010 Kecamatan samarinda Utara. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Masyarakat Mulawarman*, 1(1), 1–9.
- Srisantyorini, T., & Ernyasih. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di SD Negeri Sampora 1 Kecamatan Cisauk Tahun 2018. *Muhammadiyah Public Health Journal*, 1(1), 63–69.