

PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA SDN 11 KOTA BENGKULU MENGENAI PENTINGNYA PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT

Susilo Wulan^{1*}, Dirhan², Chandrainy Puri³, Dini Syavani⁴, Vina Novita⁵

^{1,5} STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu, Indonesia

* wulan.susilo@yahoo.com

Received: 28-05- 2023

Revised: 03-6-2023

Approved: 07-06-2023

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat menjadi kunci pencegahan terhadap pemutus rantai penularan berbagai penyakit. Salah satu praktik PHBS di sekolah adalah cuci tangan dengan sabun, tersedianya air bersih, ketersediaan jamban bersih serta jajanan sehat. Untuk mendukung hal tersebut diperlukan kerjasama yang baik antara pihak sekolah dan juga orang tua. Oleh karena itu perlu dilakukan komunikasi, Informasi dan Edukasi kepada siswa untuk membiasakan perilaku hidup bersih baik di sekolah maupun di rumah dengan kegiatan pengabdian di SDN 11 Kota Bengkulu bekerjasama dengan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan kesadaran siswa-siswi tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh sehingga mencegah terjangkitnya penyakit dan kematian pada anak usia dini. Metode pelaksanaan kegiatan berupa edukasi siswa kelas 4 dengan pemberian materi berupa PHBS. Kegiatan ini telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa-siswi tentang PHBS dengan peningkatan pengetahuan sebesar 1,040. Dengan diberikan KIE ini diharapkan terwujud perilaku bersih dan sehat pada siswa/siswi dalam penerapan perilaku cuci tangan dengan air mengalir dan sabun.

Kata kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan esensi dan hak asasi manusia untuk tetap mempertahankan kelangsungan hidupnya. Misi pembangunan kesehatan adalah menggerakkan dan memberdayakan masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. PHBS merupakan langkah yang harus dilakukan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap orang. Kondisi sehat tidak serta merta terjadi, tetapi harus diupayakan dari tidak sehat menjadi hidup sehat serta menciptakan lingkungan yang sehat. PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan yang berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan.

Hidup sehat tidak hanya dilakukan oleh orang dewasa saja, melainkan dimulai dari anak-anak. PHBS pada anak-anak dapat meningkatkan kepedulian mereka agar kebiasaan baik ini dapat dibawa sampai besar nanti (Kurniawan et al.,

2021). Masalah kesehatan yang dihadapi terkait PHBS pada anak usia SD adalah gangguan perilaku, penyakit infeksi, penyakit kulit dan malnutrisi. Masalah-masalah tersebut timbul karena kurangnya pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya kesehatan terutama kebiasaan mencuci tangan dan mengonsumsi jajanan sehat. Cuci tangan merupakan salah satu solusi yang mudah dan efektif dalam mencegah penyakit menular dan jajanan sehat juga dapat mencegah terjadinya gangguan saluran pencernaan.

WHO menyebutkan setiap tahun 100.000 anak Indonesia meninggal akibat diare, angka kecacingan mencapai 40-60%, anemia pada anak sekolah 23% dan masalah karies gigi 74,4%. Kondisi tersebut harus segera diantisipasi dengan meningkatkan pola hidup bersih dan sehat. Upaya sosialisasi dapat dilakukan dengan pengenalan konsep PHBS mulai dari lingkungan keluarga hingga institusi pendidikan. Anak usia SD merupakan aset atau modal utama pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Sekolah menjadi tempat 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.

Anak yang sehat anak yang tumbuh kembang dengan baik, teratur, jiwanya berkembang sesuai dengan tingkat umurnya, aktif, gembira, makannya teratur, bersih, dan dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya (Patandung et al., 2022). Anak yang sehat akan mampu belajar dengan baik. Beberapa indikator dalam menilai PHBS di sekolah yaitu: mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, membuang sampah pada tempatnya dan melakukan kerja bakti bersama lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

Analisa situasi di SDN 11 Kota Bengkulu menunjukkan bahwa siswa-siswi sudah bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan dan dapat mengidentifikasi tentang kebutuhan kebersihan diri dan berperilaku hidup bersih dan sehat, terdapat fasilitas untuk cuci tangan di setiap kelas, tersedia kotak sampah, telah tersedia air bersih, kantin sekolah tersedia UKS yang dikelola dengan baik. PHBS merupakan kebutuhan mutlak yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran. Pemahaman siswa tentang PHBS masih perlu ditingkatkan.

Dari permasalahan di atas perlu dilakukan Komunikasi, Informasi, dan Edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat kepada siswa-siswi SDN 11 Kota Bengkulu. Tujuan KIE agar anak-anak menyadari betapa pentingnya PHBS.

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan dilakukan dalam empat tahap yaitu:

- a. Perencanaan, pada tahap ini dilakukan observasi serta perizinan kepada pihak SDN 11 Kota Bengkulu.
- b. Persiapan, pada tahap ini dilakukan persiapan materi PHBS, Kuesioner, Souvenir sebagai bentuk apresiasi partisipasi siswa-siswi

- c. Pelaksanaan, merupakan tahap implementasi program dengan penyampaian materi 1 dan materi 2, pemutaran video terkait PHBS, tanya jawab, dan ice breaking dengan durasi waktu kurang lebih 70 menit.
- d. Evaluasi, pada tahap ini dilakukan pengisian kuesioner pemahaman tentang PHBS.

Indikator keberhasilan kegiatan ini berupa peningkatan pengetahuan dan pemahaman siswa SDN11 Kota Bengkulu tentang PHBS yang diukur secara kualitatif maupun kuantitatif. Evaluasi dilakukan di akhir kegiatan melalui diskusi, tanya jawab serta pengisian kuesioner.

Kegiatan ini dilaksanakan di SDN 11 Kota Bengkulu pada 18 Mei 2023. Peserta kegiatan adalah siswa-siswi kelas 4 bertempat di ruang kelas. Metode edukasi berupa:

- a. Penyuluhan untuk peningkatkan PHBS disampaikan 2 materi yang terdiri dari:
- b. Pemutaran video terkait PHBS khususnya untuk lingkungan sekolah yang bertujuan untuk membeirkan gambaran kepada peserta edukasi
- c. Diskusi dan tanya jawab yang bertujuan untuk meningkatkan dan menjaga fokus peserta terhadap materi yang disampaikan narasumber serta pemberian doorprize.
- d. Ice breaking,
- e. Foto bersama, kegiatan pengabdian diakhiri dengan foto bersama antara narasumber dengan peserta
- f. Pre test dan post test, kegiatan ini mengukur pencapaian keberhasilan kegiatan terhadap peserta.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peningkatan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang sehingga terwujud derajat kesehatan setinggi-tingginya merupakan tujuan dari pembangunan kesehatan. Pengabdian kepada masyarakat dengan topik PHBS merupakan salah satu program yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran anak-anak dalam menjaga kebersihan tubuh, makan makanan sehat, dan meningkatkan kesehatan tubuh.

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan yang melekat pada setiap upaya kesehatan penyuluhan kesehatan dilakukan untuk mengubah perilaku seseorang agar hidup sehat melalui komunikasi, informasi, dan edukasi (Ali, 2010). Kegiatan KIE PHBS di SDN 11 Kota Bengkulu diikuti 25 siswa kelas 4A. Kegiatan penyuluhan berjalan lancar, semua siswa antusias mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir.

Hasil observasi, monitoring dan evaluasi menggunakan indikator program PHBS menggunakan instrumen kuesioner diperoleh hasil kegiatan sebagai berikut:

Tabel 1.

Jenis Kelamin Responden

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Laki-Laki	14	56
2	Perempuan	11	44
Total		25	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui jumlah responden adalah 25 siswa dengan komposisi jenis kelamin laki-laki sebanyak 56% (14) dan berjenis kelamin perempuan 44% (11).

Tabel 2.

Rata-Rata pengetahuan sebelum dan sesudah promosi kesehatan

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pre	8,12	25	1,364	0,273
Post	9,16	25	0,898	0,180

Dari 25 subjek pengamatan terlihat bahwa rata-rata (mean) pengetahuan siswa sebelum diberikan promosi kesehatan (Pre) adalah 8,12 dan rata-rata (mean) pengetahuan siswa setelah diberikan promosi kesehatan (Post) adalah 9,16.

Tabel 3.

Hasil uji t test (paired)

Paired samples test	Paired Differences					t	df	Sig. (2 tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% confidence interval of the difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Pre-Post	-1,040	1,274	0,255	-1,566	0,514	-4,081	24	0.000

Dari hasil uji t berpasangan tersebut terlihat bahwa rata-rata perbedaan antara pengetahuan siswa sebelum dan sesudah memperoleh promosi kesehatan adalah sebesar -1,040 yang artinya pengetahuan sesudah promosi kesehatan lebih besar daripada sebelum promosi kesehatan. Artinya ada peningkatan tingkat pengetahuan siswa sesudah memperoleh promosi kesehatan sebesar 1,04. Dengan membandingkan nilai 't' sebesar -4,081 dengan nilai -p 0.000 (uji 2 arah) hal ini berarti secara statistik ada perbedaan yang signifikan rata-rata pengetahuan siswa SDN 11 sebelum dan sesudah promosi kesehatan.

Edukasi pada anak usia sekolah akan menstimulasi kepekaan siswa atas apa yang diberikan. (Salim et al., 2022) Anak usia sekolah mudah dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan untuk berperilaku bersih dan sehat. Oleh karena itu peran guru, orang tua, tenaga kesehatan, komit dan masyarakat sekolah diperlukan dalam menciptakan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar (Salim et al., 2022). Pada usia anak juga akan mencoba perilaku orang dewasa yang ada di sekitarnya. Oleh karena itu, edukasi terkait PHBS sudah sewajarnya diterapkan pada anak sedini mungkin (Lina, 2017).



Gambar 1.
Penyajian materi



Gambar 2.
Proses tanya jawab materi

KESIMPULAN

Kesimpulan harus berjalan lancar dan siswa-siswi sangat antusias. Kegiatan penyuluhan berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang PHBS. Harapannya siswa-siswa konsisten mempraktikkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Z. (2010). *Dasar-Dasar Pendidikan Kesehatan Masyarakat dan Promosi Kesehatan*. Trans Info Media.
- Kurniawan, A. W., Novitasari, E., & Putri, D. F. (2021). Pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terhadap Murid TPQ Riyadlul Qur'an II. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1, 99–111.
- Lina, H. P. (2017). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Di Sdn 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal PROMKES*, 4(1), 92. <https://doi.org/10.20473/jpk.v4.i1.2016.92-103>
- Patandung, V. P., Royke, A., Langingi, C., Rembet, I. Y., & David, B. Y. (2022). *Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak-Anak*. 1(1), 35–41.
- Salim, M. F., M. Syairaji, M. S., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19. <https://doi.org/10.22146/jp2m.51342>