



Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar Negeri 90 Kampung Beru Takalar.

Nur Alam^{1*}, Andi Muhammad Dzulkifli², Sugirah Nour Rahman³, Nurfaidah⁴, Abdul Malik Asikin⁵.

¹ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: nur.alam@unm.ac.id

² Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: andidzulkifli@unm.ac.id

³ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: sugirah.nour.rahman@unm.ac.id

⁴ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: nur.faidah@unm.ac.id

⁵ Universitas Negeri Makassar, Indonesia, email: abdul.malik.asikin@unm.ac.id

Info Artikel

Diajukan: 13 Mei 2024
Diterima: 23 Mei 2024
Diterbitkan: 05 Juni 2024

Keyword:

PHBS; Health Education; school age

Kata Kunci:

PHBS, Pendidikan Kesehatan, Usia Sekolah

Abstract

School age is a very vulnerable age to health problems, such as the most common diarrhea disease experienced by schoolchildren. Where is known the cause of the various diseases that are often experienced one of them is the habit of children in school. School age is a growing age, so it's important to take care of her health. School-age children are also very sensitive to various external stimuli, which make it easy to receive information so that it is easier to guide and provide an understanding of good habits, including healthy and clean living habits. After conducting initial observations, it is known that the SDN 99 Kampung Beru Galesong district of Takalar is a suitable target for achieving PHBS-related education because the students still have not understood what is being discussed. The result obtained after giving education is an improvement in the student's knowledge. This can be seen based on the evaluation performed at the time of the questioning session. The students enthusiastically answered correctly and were able to explain again about PHBS and balanced nutrition, as well as being able to practice clean and healthy living behaviors, such as washing hands properly.

Abstrak

Usia anak sekolah merupakan usia yang sangat rentan terhadap masalah Kesehatan, seperti penyakit diare yang paling umum di alami oleh anak sekolah. Dimana diketahui penyebab berbagai penyakit yang sering dialami salah satunya adalah kebiasaan jajan anak di sekolah. Usian sekolah merupakan usia yang sedang dalam masa pertumbuhan sehingga sangat penting memperhatikan kesehatannya. Usia anak sekolah juga sangat peka terhadap berbagai rangsangan dari luar, yang mudah menerima informasi sehingga memudahkan untuk membimbing serta memberikan pemahaman tentang kebiasaan yang baik, termasuk kebiasaan hidup bersih dan sehat. Setelah melakukan observasi awal maka diketahui bahwa Sekolah Dasar Negeri 99 Kampung Beru Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar merupakan sasaran yang cocok untuk menyapaikan edukasi terkait PHBS karena para siswa masih belum memahami hal tersebut. Hasil yang diperoleh setelah pemberian edukasi adalah terjadi peningkatan pengetahuan terhadap sisw. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan pada saat sesi tanya jawab. Para siswa dengan antusias menjawab dengan benar dan mampu menjelaskan kembali tentang PHBS dan gizi seimbang serta mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan dengan baik dan benar.

PENDAHULUAN

Terjadinya berbagai penyakit yang umum menyerang anak usia sekolah (6 hingga 10 tahun) umumnya dikaitkan dengan PHBS (Aswadi et al., 2017). Berdasarkan temuan Julianti et al., (2018) menyimpulkan bahwa penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah kurang diterapkan oleh anak-anak. PHBS merupakan serangkaian tindakan yang dipraktikkan sebagai hasil pembelajaran yang memungkinkan individu atau keluarga membantu dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mencapai kesehatan masyarakat (Chandra et al., 2017).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah perilaku seseorang yang senantiasa memperhatikan kebersihan, kesehatan, dan perilaku sehat. Tujuan PHBS adalah untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan motivasi masyarakat untuk hidup sehat serta memperkuat peran aktif masyarakat, termasuk pihak swasta dan dunia usaha, dalam mencapai taraf hidup yang optimal (Husna & Marcelia, 2019). PHBS merupakan salah satu inisiatif yang dilaksanakan pemerintah melalui puskesmas untuk pembangunan kesehatan. Dalam melaksanakan PHBS, seluruh individu baik siswa, guru, maupun masyarakat di lingkungan sekolah harus sadar akan PHBS dan mampu aktif menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Di sekolah, ada banyak hal penting yang perlu diingat ketika berangkat ke sekolah: mencuci tangan dengan sabun dan air, menggunakan toilet yang bersih dan sehat, tidak merokok di sekolah, menghilangkan jentik nyamuk, membuang sampah pada tempatnya, dan menjaga berat badan tetap rendah. Kontrolnya terdapat indikator PHBS seperti penurunan berat badan dan olahraga teratur dan sedang. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat antara lain pengetahuan siswa tentang PHBS, indikator PHBS, lingkungan sosial, manfaat PHBS, bahkan peran guru dalam menginformasikan dan melaksanakan PHBS kepada siswa (Sinaga & Fidorova, 2023)

Anak sekolah merupakan salah satu sasaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lembaga pendidikan dan perlu mendapat perhatian disamping relatif banyaknya jumlah anak usia sekolah di masyarakat. Peranan perilaku terhadap tingkat kesehatan, oleh karena itu pembinaan pola hidup sehat pada anak sekolah dasar, sangat penting dalam penerapannya dalam kehidupan sehari-hari, terutama pada anak usia sekolah dasar (Akbar et al., 2023). Sebagai lembaga pendidikan, sekolah menempati peran dan posisi strategis dalam upaya promosi kesehatan. Anak usia sekolah, baik anak pra-sekolah maupun siswa sekolah dasar, sangat berbeda dengan orang dewasa. Pada usia ini banyak sekali permasalahan kesehatan yang sangat mempengaruhi kualitas masa depan anak (Mustar et al., 2018).

Bahkan anak-anak sekolah dasar dan remaja pun seringkali mengalami gangguan kesehatan yang masih diabaikan sehingga memerlukan upaya pencegahan dan promosi. Konseling sebagai salah satu bentuk pendidikan kesehatan pada anak usia sekolah mendorong pola hidup sehat agar anak dapat

bertanggung jawab terhadap kesehatan dan lingkungannya serta berpartisipasi aktif dalam inisiatif kesehatan. (Lembang et al., 2022).

Berdasarkan kajian Mustar et al., (2018) sangat menyarankan agar Kementerian Kesehatan dan Dinas Pendidikan bekerja sama untuk menyusun pedoman tentang pentingnya UKS, meningkatkan PHBS dan memberikan pelatihan kepada guru-guru yang juga pengelola UKS. Dalam kegiatan konsultasi, seluruh siswa antusias mempraktekkan metode enam langkah cuci tangan pakai sabun. Dalam kajian Lembang et al., (2022) di SD Negeri 5 Teluk Pandan merupakan sebuah sekolah dasar yang terletak di Kabupaten Pesawaran, Provinsi Lampung, diketahui bahwa pengetahuan tentang PHBS masih kurang di lingkungan sekolah, sehingga dilakukan kegiatan edukasi tentang PHBS.

Diharapkan sekolah dapat memberikan edukasi yang lebih baik kepada siswa tentang pentingnya PHBS, bekerja sama dengan puskesmas setempat untuk mempromosikan PHBS, dan membantu siswa mendapatkan informasi yang lebih baik tentang pentingnya PHBS. (Sinaga & Fidorova, 2023). Karena dengan edukasi dapat meningkatkan hubungan penting antara pengetahuan, sikap, perilaku dengan kesehatan lingkungan. (Hearisa et al., 2023). Guru mendidik siswa tentang pentingnya menjaga pola hidup bersih dan sehat untuk mencapai potensi maksimalnya serta mendorong siswa untuk memantau perilakunya dan Harapannya dapat mendorong agar lebih memperhatikan langkah-langkahnya. (Ikadarny & Syafruddin, 2023)

Strategi dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat adalah: Terdiri dari tiga tahap. (Sari dan Mulyadi, 2021):

1. Persiapan: pelaksanaan, edukasi, penanaman perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa, pelaksanaan kegiatan Jumat Bersih, penyediaan hand sanitizer, penyediaan perlengkapan kebersihan yang memadai, persediaan sabun dan air yang cukup.
2. Implementasinya meliputi: Menanamkan pemahaman pada siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat, selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah beraktivitas, disiplin, dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat.
3. Evaluasi. Merupakan bentuk/bahan setelah intervensi yang menjadi bahan untuk perencanaan selanjutnya.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat dirumuskan tujuan pengabdian adalah mendeskripsikan pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar Negeri 99 Kampung Beru Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada bulan April tahun 2024. Adapun Subjek dalam kegiatan ini adalah siswa Sekolah Dasar Negeri 99 Kampung Beru Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar. Adapun tahapan yang dilakukan dalam kegiatan ini yaitu diawali dengan melakukan Observasi awal dengan tujuan untuk mengidentifikasi masalah yang ada.



Kemudian selanjutnya melakukan persiapan kegiatan dengan membentuk Tim pengabdian dan menentukan metode intervensi yang akan dilakukan.

Pelaksanaan kegiatan yang dilakukan berupa pemberian informasi mengenai pentingnya penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang gizi seimbang serta praktik tentang langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah merupakan suatu upaya untuk dapat memberdayakan siswa, guru, maupun masyarakat di lingkungan sekolah agar mampu mempraktikkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Penerapan PHBS juga berperan aktif dalam mewujudkan sekolah yang sehat.

Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, maupun kemampuan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, agar dapat mewujudkan derajat Kesehatan yang optimal serta mencegah terjadinya masalah gizi di kemudian hari yang berisiko terjadi pada anak usia sekolah.

Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan pada hari Selasa, tanggal 20 April 2024 pada siswa kelas 4 dan 5 SDN 99 Kampung Beru Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar dengan pemberian informasi edukasi terkait PHBS. Sebelum melakukan memberikan edukasi terlebih dahulu dilakukan sesi tanya jawab kepada para siswa untuk mengetahui pemahaman siswa-siswa.



Gambar 1. Sesi Tanya Jawab Sebelum Pemberian Edukasi

Setelah melakukan sesi tanya jawab, kemudian dilanjutkan dengan penyampaian materi terkait PHBS yang dilakukan oleh Tim pengabdian dan dibantu oleh mahasiswa. Penyampaian Materi dilakukan dengan metode ceramah dan menggunakan poster.



Gambar 2. Penyampaian Materi Edukasi

Pengajaran PHBS sangat cocok untuk anak usia sekolah, karena pada usia ini mereka sangat peka terhadap informasi baru. Dengan demikian, lebih mudah memimpin, mengarahkan dan menanamkan kebiasaan hidup bersih dan

sehat. Oleh karena itu, peran guru, orang tua dan masyarakat di lingkungan sekolah sangat penting untuk menciptakan pola hidup bersih dan sehat pada lingkungan anak sekolah dasar.



Gambar 3. Sesi Tanya Jawab Setelah Pemberian Materi Edukasi

Setelah pemberian edukasi selesai, selanjutnya tim pengabdian kembali melakukan sesi tanya jawab kepada para siswa guna untuk menilai sejauh mana pemahaman siswa terkait materi yang telah di sampaikan. Hasil dari pemberian edukasi ternyata pemahaman siswa terkait PHBS dan gizi seimbang meningkat dengan menjawab dengan benar beberapa pertanyaan yang diberikan, mampu menjelaskan kembali terkait PHBS dan gizi seimbang serta mampu mempraktekkan Langkah cara mencuci tangan yang baik dan benar.



Gambar 4. Sesi Foto Bersama Tim Pengabdian

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan terhadap siswa SDN 99 Kampung Beru Kecamatan Galesong Kabupaten Takalar terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dan gizi Seimbang. Hal tersebut dapat dilihat berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan pada saat sesi tanya jawab. Para siswa dengan antusias menjawab dengan benar dan mampu menjelaskan kembali tentang PHBS dan gizi seimbang serta mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat, seperti mencuci tangan dengan baik dan benar.

DAFTAR RUJUKAN

- Akbar F., Adiningsih R., Nurhidayah DN, Islam F. (2023). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar. Jurnal Sanitasi Profesional Indonesia. 4(1),44-53. DOI: <https://doi.org/10.33088/jspi.4.01.44-53>
- Aswadi., Syahrir S., Delastara V., Surahmawati. (2017). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa-Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. Al-

- Sihah: Public Health Science Journal. 9(2),187-196.
<https://doi.org/10.24252/as.v9i2.3775>
- Chandra, Fauzan, A., & Aquarista, M. F. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa, 4(3),201-205.
<https://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKMK/article/view/849/673>
- Hearisa P., Meliyanti F., Marita Y. (2023). Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) dengan Kesehatan Lingkungan di Sekolah Dasar Negeri 06 Muaradua Tahun 2023. Jurnal Smart Ankes. 7(2), 72-80.
<https://jurnalabdinusababel.ac.id/index.php/JSA/article/download/113/98/443>
- 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. DOI: <https://doi.org/10.33024/jpfm>.
- Ikadarny., Syafruddin MA. (2023). Perilaku Pola Hidup Sehat Siswa Usia Sekolah Dasar di Kota Makassar. Jurnal Ilmiah STOK Bina Guna Medan.11(2),171-181. DOI: <https://doi.org/10.55081/jsbg.v11i2.1231>
- Julianti R., Nasirun M., Wembrayarli. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah. Jurnal Ilmiah Potensia, 3(1),11-17. <https://media.neliti.com/media/publications/256525-pelaksanaan-perilaku-hidup-bersih-dan-se-977619ca.pdf>
- Lembang FTD., Muryani., Ruhlessin JL., Sutasoma GD. (2022). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Dasar Negeri Karakan Godean Sleman Yogyakarta. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat: Kesehatan (JPKMK). 2(3),60-65. <https://jurnal.stikes-notokusumo.ac.id/index.php/JPKMK/article/download/237/156>
- Mustar YS., Susanto IH., Bakti AP. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan. 2(2),89-95. DOI: <http://dx.doi.org/10.58258/jisip.v2i2.359>
- Sari WNI., Mulyadi. (2021). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar. THE JOER: Journal Of Education Research. 1(1),74-96.
<https://pedirresearchinstitute.or.id/index.php/THEJOER/article/view/26>
- Sinaga H., Fidorova Y. (2023). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Siswi di Lingkungan SMA Pancur Batu Sumatra Utara. Pubhealth Jurnal Kesehatan Masyarakat. 1(4), 223-230.
<https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i4.243>