

**EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)
PADA SISWA SD NEGERI 1 WAELATA**
EDUCATION BEHAVIOR CLEAN AND HELATHY LIFESTYLE FOR STUDENT
OF SD NEGERI 1 WAELATA

Wahyu Dwi Fatimah*, Fuadah Fahrudiana
Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pringsewu
Jl. KH. Ahmad Dahlan, Kecamatan Pringsewu, Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung,
Telp. (0729) 7081112
e-mail: *(wahyudwifatimah@umpri.ac.id /082137371520)

ABSTRAK

Abstrak: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya kesehatan yang dilakukan untuk meningkatkan kesadaran dan kebiasaan individu dalam mewujudkan derajat hidup yang optimal. Upaya ini dapat dilakukan salah satunya melalui instansi pendidikan tingkat dasar. Terdapat 8 pilar utama PHBS yang ada di sekolah. SD Negeri 1 Waelata merupakan sekolah dasar yang berada di Kabupaten Buru, Provinsi Maluku. Setelah dilakukan survey awal melalui wawancara, diketahui bahwa siswa kelas 6 belum mendapatkan edukasi PHBS dan siswa belum mengetahui apa itu PHBS. Tujuan dilakukan pengabdian masyarakat ini yaitu untuk memberikan pemahaman kepada siswa tentang pentingnya PHBS. Pengabdian Masyarakat ini menggunakan metode "Edukasi" berupa penyuluhan tentang pentingnya PHBS dan praktik mencuci tangan yang baik dan benar. Hasil dari 12 siswa saat awal penyuluhan belum mengetahui apa itu PHBS, setelah dilakukan edukasi semua siswa mampu menyebutkan setiap pilar PHBS, serta mampu mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Diharapkan edukasi PHBS ini menjadi salah satu kegiatan rutin yang diadakan di sekolah sebagai salah satu upaya kesehatan.

Kata kunci: edukasi, PHBS, sekolah dasar

Abstract: Behavior Clean and Healthy Lifestyle is one of the health efforts carried out to increase individual awareness and habits in realizing an optimal degree of life. One of these efforts can be done through elementary-level educational institutions. There are at least 8 pillars of PHBS in the school. SD Negeri 1 Waelata is an elementary school located in Pulau Buru, Maluku Province. After conducting an initial survey through interviews, it was found that grade 6 students had not received PHBS education and students did not know what PHBS was. This community service aims to provide students with an understanding of the importance of PHBS. This Community Service uses the "Education" method in the form of counseling about the importance of PHBS and good and correct hand washing practices. The results of 12 students at the beginning of counseling did not know what PHBS was, after education all students were able to name each pillar of PHBS, and were able to practice good and correct hand washing. It is hoped that PHBS education will become one of the routine activities held in schools as one of the health efforts.

Keywords: education, elementary school, PHBS

PENDAHULUAN

Data UNICEF menyebutkan bahwa kematian anak dan remaja di dunia tercatat sebanyak 1.000 angka kematian pada tahun 2020. Sedangkan berdasarkan pembagian wilayah, Asia Tenggara mencapai 14 kematian per 1.000 anak dan remaja baik yang disebabkan karena kesakitan maupun kecelakaan. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia (2023) menyebutkan bahwa Indonesia secara umum berada pada angka kesakitan anak sebesar 11.75%. Dimana Maluku berada pada angka 8.16% anak yang mengalami kesakitan dan terganggunya sekolah serta kegiatan sehari-harinya, dimana Kabupaten Waelata merupakan salah satu bagian di dalamnya.

PHBS di sekolah merupakan salah satu upaya pemberdayaan siswa, guru, dan juga masyarakat lingkungan sekolah dalam menciptakan sekolah yang sehat dengan pembiasaan hidup bersih dan sehat (Salim, M. Syairaji, Santoso, Pramono, & Askar, 2021). Kegiatan PHBS di lingkungan sekolah mencakup 8 pilar utama, yaitu; mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir baik sebelum maupun sesudah makan, penyediaan dan pengonsumsi makanan atau jajanan yang bersih dan

sehat, penyediaan dan penggunaan jamban yang bersih dan sehat, olahraga rutin dan teratur, pemberantasan jentik nyamuk dengan 3M, tidak adanya aktivitas merokok di lingkungan sekolah, ketersediaan tempat sampah dan membuang sampah pada tempatnya, serta adanya kerja bakti bersama masyarakat lingkungan sekolah demi terciptanya lingkungan sekolah yang bersih dan sehat.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurhidayah (2021) menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS, namun sikap dan perilaku siswa terhadap tindakan PHBS kurang baik. Hal ini disebabkan kurangnya kesadaran siswa akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Dimana perilaku ini akan berdampak pada kesehatan siswa.

Hasil survey awal berupa wawancara kepada pihak sekolah dalam hal ini adalah kepala sekolah, didapatkan informasi bahwa kelas 6 SD Negeri 1 Waelata belum mendapatkan edukasi tentang PHBS. Selain itu juga saat diberikan pertanyaan serupa kepada siswa, 10 diantaranya tidak mengetahui apa itu PHBS. Sedangkan saat diminta untuk menunjukkan cara cuci tangan yang baik dan benar, dua diantaranya mengatakan pernah

mendapatkan informasi tersebut, namun sudah lupa. Oleh karena itu, perlu adanya edukasi kesehatan tentang PHBS kepada siswa kelas 6 SD Negeri 1 Waelata dengan tujuan agar masyarakat lingkungan sekolah dapat menciptakan derajat kesehatan masyarakat lingkungan sekolah yang optimal.

METODE

Metode yang dilakukan dalam pengabdian ini berupa edukasi tentang 8 pilar utama Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah dan praktik langkah-langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Subjek dalam kegiatan ini adalah siswa SD Negeri 1 Waelata Kabupaten Buru Provinsi Maluku kelas 6, berjumlah 12 siswa. Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 17 April 2023.

Proses pengabdian dilakukan mulai dari persiapan, penyusunan program kegiatan, pelaksanaan program, dan evaluasi akhir. Persiapan dilakukan dengan survey lapangan dan didapatkan hasil bahwa siswa kelas 6 belum mendapatkan materi tentang PHBS. Pada tahap ini juga dilakukan pengumpulan bahan materi berupa sumber-sumber referensi materi tentang PHBS dan cara mencuci tangan yang baik dan benar.

Kemudian hasil survey digunakan dalam perencanaan dengan mengatur jadwal pelaksanaan sesuai dengan kesepakatan pihak sekolah. Pelaksanaan program pengabdian dilakukan sesuai dengan jadwal yang sudah disepakati bersama penanggungjawab sekolah dan kelas. Pemberian edukasi dilakukan dengan cara ceramah, diskusi tanya jawab, dan demonstrasi cara mencuci tangan yang baik dan benar. Hasil terakhir berupa evaluasi dengan memberikan pertanyaan secara langsung kepada peserta terkait dengan materi yang sudah diberikan. Selain itu juga setiap peserta diminta untuk mempraktikkan tindakan mencuci tangan sesuai yang diajarkan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesehatan merupakan keadaan sehat seseorang, baik secara fisik jiwa, maupun sosial dan bukan sekedar terbebas dari penyakit untuk memungkinkannya hidup produktif. Sehingga kesehatan juga memiliki makna sebagai investasi masyarakat demi terciptanya sumber daya manusia yang mampu bersaing dan mendukung pembangunan negara menjadi lebih baik secara sosial maupun ekonomi. Sesuai undang-undang No.17 tahun 2023 tentang Kesehatan pasal 3, dimana salah satu tujuan

penyelenggaraan kesehatan adalah meningkatkan perilaku hidup sehat (Kemenkes RI, 2023).

Menurut peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak pasal 28, anak usia sekolah mendapatkan pelayanan melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Sebagai upaya kegiatan lintas sektor pendidikan dan kesehatan untuk memberikan pelayanan dan pemantauan kesehatan masyarakat lingkungan sekolah (Kemenkes RI, 2022). SD Negeri 1 Waelata masih belum memiliki UKS sebagai penyedia layanan kesehatan khusus di sekolah.

Sehingga dilakukan dilakukanlah edukasi kesehatan secara berkala oleh instansi-instansi terkait. Salah satu bentuk kegiatan yang dapat dilakukan yaitu dengan diadakannya pengabdian masyarakat berupa edukasi PHBS pada SD Negeri 1 Waelata. Kegiatan pengabdian dilakukan pada kelas 6 dengan jumlah peserta 12 orang yang hadir pada tanggal 17 April 2023.

Pelaksanaan kegiatan berjalan lancar dengan kegiatan awal berupa *brainstorming* atau penggalian kembali sejauh mana siswa mengetahui tentang PHBS. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian materi PHBS

berupa 8 pilar utama (Kementrian kesehatan RI, 2011), yaitu:

- a. Mengonsumsi mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir baik sebelum maupun sesudah makan. Sekolah sudah menyediakan tempat mencuci tangan di depan setiap kelas. Namun ternyata tidak sedikit siswa yang menunjukkan ketidaktahuan akan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Minimal ada 6 langkah prinsip utama mencuci tangan yang baik dan benar, dengan 11 langkah lengkapnya (Direktur Kesehatan Lingkungan, 2020).
- b. Menyediaan dan pengonsumsi makanan atau jajanan yang bersih dan sehat. Di dalam area sekolah juga sudah ada warung kecil sebagai kantin sekolah yang menyediakan makanan untuk siswa. Penyedia warung sudah berupaya menerapkan kebersihan dengan menutup makanan yang terbuka. Siswa menyampaikan membeli makanan di warung dan sering lupa mencuci tangan.
- c. Menyediakan jamban dan penggunaan jamban yang bersih dan sehat. Pihak sekolah sudah menyediakan jamban yang dapat digunakan bersama baik khusus untuk karyawan sekolah ataupun siswa. Siswa mengatakan sudah

- pembersihan kamar mandi setiap menggunakan.
- d. Olahraga rutin dan teratur, minimal satu kali dalam seminggu. Setiap hari jum'at siswa melakukan senam rutin yang dipimpin oleh guru secara bergantian. Dan siswa mengatakan senang ketika pelajaran olahraga.
 - e. Pemberantasan jentik nyamuk dengan minimal penerapan 3M (Menguras tempat penampung air, Menutup tempat penampung air, Mendaur ulang sampah yang memiliki potensi sebagai tempat berkembangbiaknya nyamuk) (Kementrian kesehatan RI, 2023). Siswa sudah menerapkan prinsip 3M di lingkungan sekolah.
 - f. Tidak adanya aktivitas merokok di lingkungan sekolah. Masih adanya karyawan sekolah yang merokok mengharuskan ada upaya tersendiri yang harus dilakukan oleh siswa. Siswa menyampaikan akan menghindari para perokok terutama di lingkungan sekolah dan masyarakat.
 - g. Tersediaan tempat sampah dan membuang sampah pada tempatnya. Sekolah sudah menyediakan tempat sampah secara terpisah, namun siswa masih belum menerapkan pembuangan sampah sesuai kelompoknya. Minimal ada 3 kelompok sampah, yaitu sampah organik yang bisa dikubur, sampah anorganik yang perlu didaur ulang, dan sampah berbahaya dan beracun yang perlu ada pengolahan khusus. Pengelompokan sampah yang baik akan memberi dampak pada pengolahan sampah akhir yang kadang dilupakan oleh masyarakat (Dobiki, 2018).
 - h. Adanya kerja bakti rutin bersama masyarakat di lingkungan sekolah. Setiap hari sabtu sekolah mengadakan kerja bakti rutin dengan mengikut sertakan semua masyarakat lingkungan sekolah, baik guru maupun siswa sekolah. Dimana kerja bakti dilakukan dengan membersihkan area dalam kelas maupun area sekolah.
- Setelah pemberian materi, siswa diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dalam diskusi kelas. Lalu siswa diminta untuk melakukan praktik mencuci tangan yang baik dan benar. Kemudian dilanjutkan dengan pembagian hadiah bagi setiap siswa yang mampu menjawab setiap pertanyaan dengan benar. Kegiatan terakhir yaitu foto bersama sebagai bentuk dokumentasi kegiatan.



Gambar 1. Penyampaian Materi



Gambar 2. Praktik Cuci Tangan



Gambar 3. Foto Bersama Peserta

Edukasi PHBS sangat penting dilakukan pada anak usia sekolah karena di masa sekolah anak akan membentuk masa depan dengan lebih sehat. Disamping itu, pada masa anak juga mudah untuk dibimbing, diarahkan, dan ditanamkan kebiasaan berperilaku hidup bersih dan sehat (Salim et al., 2021). Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi PHBS menunjukkan siswa yang antusias dalam berpartisipasi dan memahami setiap materi yang diberikan. Hasil evaluasi menunjukkan setiap siswa mampu menjawab pertanyaan yang diberikan dengan baik, dan mampu menyebutkan setiap pilar PHBS. Selain itu setiap siswa juga mampu melakukan praktik mencuci tangan yang baik dan benar. Hal yang sama juga ditunjukkan penyuluhan PHBS yang dilakukan pada siswa SDN 5 Teluk Pandan menunjukkan anak yang aktif dan berpartisipasi (Husna & Marcellia, 2019).

Diharapkan hasil dari edukasi kesehatan ini dapat dijadikan acuan sekolah dalam penerapan 8 pilar PHBS di lingkungan sekolah bersama guru, siswa, dan masyarakat lingkungan sekolah. Sehingga terciptanya lingkungan sekolah yang bersih dan sehat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Semua siswa mengikuti kegiatan dari awal hingga akhir dengan antusias. Semua siswa mampu menjawab dan menyebutkan setiap pilar dari PHBS dan mampu mempraktikkan cara mencuci tangan yang baik dan benar. Setiap siswa merasakan manfaat dari edukasi yang diberikan dan mengatakan akan membudayakan PHBS di sekolah. Diharapkan kegiatan serupa dapat dilakukan untuk setiap kelas dan menjadi program rutin yang dilaksanakan oleh instansi kesehatan dan sekolah sebagai upaya kesehatan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pihak SD Negeri 1 Buru, Bapak Jayus, S.Pd., MM.Pd. selaku kepala sekolah dan juga Bapak Agus Suharyanto, S.Pd., selaku wali kelas 6, yang sudah mengizinkan dan mendukung penulis dalam pelaksanaan pengabdian kesehatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Direktur Kesehatan Lingkungan. (2020). Panduan Cuci Tangan Pakai Sabun. *Kesehatan Lingkungan*, 1–34.
- Dobiki, J. (2018). Analisis Ketersediaan Prasarana Persampahan Di Pulau Kumo Dan Pulau Kakara Di Kabupaten Halmahera Utara. *Jurnal Spasial Volume*, 5(2), 220–228.
- 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). Retrieved from <https://core.ac.uk/download/pdf/353678382.pdf>
- Kemen PPPA. (2023). *Profil Anak Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (Kemen PPPA).
- Kemenkes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemkes.Go.Id*.
- Kemenkes RI. (2023). *Undang-undang Republik Indonesia*.
- Kemntrian kesehatan RI. (2011). *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2269 Tahun 2011 tentang Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Jakarta: Kemntrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemntrian kesehatan RI. (2023). Pemberantasan Sarang Nyamuk dengan 3M Plus. Retrieved from <https://ayosehat.kemkes.go.id/pembera>

