



Socialization of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in School Settings at SDN 160 Pekanbaru City

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Sekolah di SDN 160 Kota Pekanbaru

Alhidayati^{1*}, Risa Amalia², Syukaisih³

^{1,2,3}Kesehatan Masyarakat, Universitas Hang Tuah Pekanbaru, Pekanbaru, Indonesia
email: alhidayati.skm@gmail.com

Abstract. PHBS is a collection of behaviors practiced on the basis of awareness as a result of learning that enables a person or family to help themselves in the health sector and play an active role in realizing the health of their community. Elementary school is the golden age to instill PHBS values and has the potential to be an agent of change to promote PHBS both in the school environment, family and society so that quality human resources are created later. This activity aims to increase awareness of the target group in implementing clean and healthy living behaviors. The results of a preliminary survey conducted by the community service team showed that there was still a lack of clean and healthy living behaviors (PHBS) in SDN 160 Pekanbaru City. Nationally, PHBS schools include 8 indicators, including washing hands with running water and using soap, consuming healthy snacks in the school canteen, using clean and healthy toilets, exercising regularly, eradicating mosquito larvae, not smoking at school, weighing weight and height every 6 months and disposing of garbage in its place. Therefore, instilling PHBS values in schools is an absolute necessity and can be done through the School Health Effort (UKS) approach. The results of the initial survey at SDN 160 Pekanbaru City showed that many students had not implemented clean and healthy living behaviors in the school environment, such as not washing their hands with running water, consuming unhealthy food during recess, unhealthy school toilets, irregular exercise, not eradicating mosquito larvae, some students were found smoking at school, not weighing their weight and height, and littering was found in the school environment. PHBS in schools is an effort to empower students, teachers and the school community to know, want and be able to behave PHBS in the school environment and play an active role in realizing a healthy school. From the results of community service activities, there was an increase in school children's knowledge about the importance of practicing Clean and Healthy Living in School Settings. It is hoped that schools will improve health education, especially about Clean and Healthy Living Behavior and there needs to be exemplary behavior given so that PHBS practices in schools can be realized properly.

Keywords: PHBS Socialization; School Order; SDN 160 Pekanbaru City

Abstrak. PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. Masa sekolah dasar adalah masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai 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. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran kelompok sasaran dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh tim pengabdian bahwa masih kurangnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah SDN 160 Kota Pekanbaru. Secara Nasional PHBS sekolah meliputi 8 indikator antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, penggunaan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan tinggi badan setiap 6 bulan sekali dan membuang sampah pada tempatnya. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pendekatan usaha kesehatan Sekolah (UKS). Hasil Survey awal di SDN 160 Kota Pekanbaru masih banyak siswa/i yang belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah seperti tidak mencuci tangan dengan air yang mengalir, mengonsumsi makanan yang tidak sehat saat jam istirahat,



jamban sekolah yang kurang sehat, olahraga yang tidak teratur, tidak melakukan pemberantasan jentik nyamuk, adanya beberapa siswa yang ditemukan merokok di sekolah, tidak melakukan penimbangan berat badan dan tinggi badan, dan adanya ditemukan perilaku buang sampah sembarangan di lingkungan sekolah. PHBS di sekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu dan mau serta mampu berperilaku PHBS di lingkungan sekolah dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Dari hasil kegiatan pengabdian diperoleh peningkatan pengetahuan anak sekolah tentang pentingnya praktik Hidup Bersih dan Sehat Pada Tatanan Sekolah. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk meningkatkan penyuluhan Kesehatan khususnya tentang Perilaku hidup Bersih dan Sehat serta perlu adanya perilaku contoh yang diberikan agar praktik PHBS di sekolah bisa terwujud dengan baik.

Kata Kunci: SDN 160 Kota Pekanbaru; Sosialisasi PHBS; Tatanan Sekolah

A. PENDAHULUAN

Salah satu unsur penting dalam upaya peningkatan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) bangsa Indonesia adalah derajat kesehatan. Derajat kesehatan sendiri tidak hanya ditentukan oleh pelayanan kesehatan, tetapi justru lebih dominan yaitu kondisi lingkungan dan perilaku kesehatan. Upaya untuk mengubah perilaku masyarakat agar mendukung peningkatan derajat kesehatan dilakukan melalui program pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri secara mandiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan Masyarakat (Kemenkes RI, 2022)

Secara Nasional PHBS sekolah meliputi 8 indikator antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, penggunaan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan tinggi badan setiap 6 bulan sekali dan membuang sampah pada tempatnya (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Evaluasi keberhasilan pembinaan PHBS dilakukan dengan melihat indikator PHBS di tatanan rumah tangga. Namun karena tatanan rumah tangga saling terkait dengan tatanan lain, maka pembinaan PHBS tidak hanya dilaksanakan di tatanan rumah tangga, melainkan juga di tatanan institusi Pendidikan, tatanan tempat kerja, tempat umum, dan tatanan fasilitas kesehatan. PHBS di Institusi Pendidikan seperti kampus, sekolah atau pesantren, sasaran primer harus mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan institusi Pendidikan ber-PHBS, antara lain mencakup mencuci tangan



menggunakan sabun, membuang sampah ditempat sampah, tidak meludah disembarang tempat, dan mengonsumsi jajanan sehat. (Kemenkes RI, 2011). Sekolah merupakan institusi pendidikan yang menjadi target PHBS, sehingga penerapan perilaku tersebut menjadi lebih baik. Hal ini disebabkan karena terdapatnya banyak data yang menampilkan bahwa sebagian besar penyakit yang sering diderita anak usia sekolah (usia 6–10) ternyata berkaitan dengan PHBS. Salah satu penyakit yang rawan diderita anak usia sekolah adalah diare. Berdasarkan data laporan rutin program, dalam Buletin situasi diare di Indonesia, diare dan gastroenteritis merupakan penyakit urutan pertama yang menyebabkan pasien dirawat inap dirumah sakit. Upaya untuk mencegah diare di lingkungan sekolah antara lain dengan menghindari makanan dan minuman yang tidak bersih (jajan sembarangan), dan mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih sebelum makan dan sesudah buang air besar. (Kementrian Kesehatan, 2011) Masalah kebersihan yang masih banyak dialami oleh siswa SD yaitu, masalah pada gigi sebanyak 86%, tidak bisa potong kuku sebanyak 53%, tidak bisa menggosok gigi sebanyak 42% dan tidak mencuci tangan sebelum makan sebanyak 8%. Sedangkan penyakit yang banyak diderita oleh siswa SD yaitu penyakit cacangan sebesar 60-80%, dan caries gigi sebanyak 74,4%. Oleh sebab itu, untuk mengatasi masalah tersebut perlu adanya upaya secara komprehensif dari berbagai sektor.(Kementrian Kesehatan, 2013) Anak-anak yang kurang bugar, tidak sehat, atau tidak peduli dengan PHBS memiliki hambatan dalam proses kegiatan belajar dan mengajar, seperti mengalami kesulitan untuk fokus atau berkonsentrasi dalam menerima materi, merasa mengantuk, sering merasa tidak mampu selesaikan tugas di rumah mereka dengan alasan sakit (Butarbutar, 2019).

Mengingat jumlah anak di Indonesia rata-rata 30% dari total penduduk Indonesia dan usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik dilingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Jika tiap sekolah memiliki 20 kader kesehatan saja maka ada 5 juta kader kesehatan yang dapat membantu terlaksananya dua strategi utama Departemen Kesehatan. Munculnya sebagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Penelitian yang sama juga menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan pelaksanaan program PHBS pada siswa (Nurhidayah et al



2021). Penelitian Kusuma & Pertiwi menyebutkan bahwa sebanyak 68% siswa SD mempunyai PHBS yang baik dan sebanyak 68,7% mempunyai tingkat pengetahuan baik (Kusuma dan Pertiwi 2019). Orang tua juga mempunyai peran dalam mendorong anak-anak untuk berperilaku hidup bersih dan sehat. Hal ini didukung oleh penelitian yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan peran orang tua dengan perilaku hidup bersih dan sehat (Wulandari dan Pertiwi 2018; Putra et al 2021; Khoiriah dan Latifah 2021; Aprillya & Khairunnisa 2023; Romadonika et al 2021; Muhani).

Berdasarkan permasalahan tersebut, dianjurkan setiap siswa di sekolah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil Survey awal di SDN 160 Kota Pekanbaru masih banyak siswa/i yang belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah seperti tidak mencuci tangan dengan air yang mengalir, mengonsumsi makanan yang tidak sehat saat jam istirahat, jamban sekolah yang kurang sehat, olahraga yang tidak teratur, tidak melakukan pemberantasan jentik nyamuk, adanya beberapa siswa yang ditemukan merokok di sekolah, tidak melakukan penimbangan berat badan dan tinggi badan, dan adanya ditemukan perilaku buang sampah sembarangan dilingkungan sekolah.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian ini menggunakan metode ceramah dan diskusi tanya jawab serta penyuluhan kepada siswa/I berjumlah 30 orang. Kegiatan penyuluhan pengabdian masyarakat ini dilakukan di SDN 160 Kota Pekanbaru tema " Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Sekolah di SDN 160 Kota Pekanbaru. Kegiatan penyuluhan ini dimulai pukul 09.00 sampai pukul 11.00 WIB. Kegiatan pengabdian masyarakat ini terlaksana dengan baik dengan koordinasi pihak sekolah seperti kepala sekolah, guru, dan tim dari Universitas Hang Tuah Pekanbaru (dosen dan mahasiswa). Media promosi Kesehatan menggunakan laptop, *power point*, spanduk, laser *pointer*.

Sebelum kegiatan penyuluhan dilakukan, peserta kegiatan penyuluhan diberikan kuesioner *pretest* terlebih dahulu terkait tentang PHBS. Tujuan dilakukannya *pretest* ini adalah untuk melihat sejauh mana tingkat pengetahuan dan pemahaman sasaran sebelum



diberikan penyuluhan.. Setelah diisi, kuesioner *pretest* ini dikumpulkan kembali ke tim pengabdian. Setelah semua kuesioner terkumpul, tim pengabdian masyarakat memberikan materi dan informasi tentang PHBS ± 30 menit. Setelah materi diberikan, tim pengabdian masyarakat kembali menyebarkan dan memberikan kuesioner kepada peserta kegiatan penyuluhan (*post test*). Hal ini bertujuan untuk melihat perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan peserta penyuluhan dalam praktik PHBS. Setelah kuesioner *posttest* ini diisi peserta, Tim kegiatan pengabdian melakukan Analisa terhadap kuesioner yang diberikan tadi. Kegiatan penyuluhan ini berlangsung lebih kurang 2 jam.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan pada tatanan sekolah dengan topik sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 160 Kota Pekanbaru telah selesai dilaksanakan pada hari Rabu, 04 September 2024 Pukul 09.00 s.d Pukul 11.00 WIB. Bentuk kegiatan pengabdian ini berupa pemberian sosialisasi, edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang mana sasarannya adalah siswa/I sekolah dasar kelas 6. Jumlah sasaran dalam kegiatan pengabdian ini berjumlah 30 orang. Dalam kegiatan pengabdian ini, tim pengabdian menyampaikan materi-materi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti apa itu PHBS, Apa tujuan diterapkannya PHBS dalam kehidupan sehari-hari, indikator-indikator PHBS itu apa saja, contoh PHBS dalam tatanan sekolah bagaimana, dan apa dampak jika perilaku PHBS tidak dilakukan. Sebelum tim pengabdian menyampaikan materi, tim memberikan *pre-test* dan *post test* kepada sasaran penyuluhan dengan tujuan untuk melihat sejauh mana Tingkat pemahaman dan pengetahuan sasaran sebelum diberikan penyuluhan. Sedangkan tujuan diberikannya *post-test* untuk melihat sejauh mana Tingkat pemahaman dan pengetahuan sasaran setelah diberikan penyuluhan. Pada saat penyuluhan dilakukan, sasaran sangat antusias dalam hal mendengarkan materi yang disampaikan. Tim penyuluhan juga memberikan kesempatan kepada sasaran untuk bertanya, dan setelah itu barulah tim memberikan 7 pertanyaan kepada sasaran terkait materi yang sudah disampaikan sebelumnya. Bagi sasaran yang mampu dalam menjawab pertanyaan, maka akan diberikan hadiah (*Doorprize*). Pada akhir kegiatan penyuluhan ini tim kemudian mengumpulkan hasil *post test* yang sudah dibagikan tadi kemudian dilakukan penilaian terhadap jawaban yang sudah diisi oleh



sasaran penyuluhan. Memberikan pemahaman dan pengetahuan kepada anak sekolah tentang perilaku Pola Hidup Bersih Sehat pada tatanan sekolah sangatlah penting dengan tujuan agar terhindar dari berbagai macam penyakit yang ada sehingga derajat Kesehatan Masyarakat sekolah meningkat secara optimal.

D. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Hang Tuah Pekanbaru sebagai pemberi dana dalam kegiatan pengabdian masyarakat. Serta ucapan terima kasih kepada pihak Sekolah yang telah memberikan kesempatan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat.

E. DAFTAR PUSTAKA

- 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. <https://openjournal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKMK/article/view/849/673>
- Kementrian Kesehatan, R. I. (2013). Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013. Jakarta: Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan.
- Butarbutar, R. (2019). *The effect of clean living behavior on the improvement of students' achievement. Musamus Journal of Language and Literature*, 1(2), 1–9
- Kementrian Kesehatan, R. I. (2011). Buletin jendela data dan informasi kesehatan: situasi diare di Indonesia. Pusdatin Kemenkes RI. Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Buku Pedoman PHBS. (online) diakses dari <https://promkes.kemkes.go.id/pedoman-phbs>
- Nurhidayah, I., Asifah, L., & Rosidin, U. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1), 61-71.
- Kusuma, A. N. Pertiwi, W. E. (2019). The Relationship Between Healthy Media Promotion, Knowledge with the Clean and Healthy Life Behavior of Elementary



Students. Laporan Penelitian. Serang: Lembaga Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat

Muhani, N., Febriani, C. A., Yanti, D. E., Rahmah, A., Rafika, E., Sari, F. A., ... & Pratiwi, Y. A. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. *Jurnal Loyalitas Sosial*, 1(4), 27-38.

Muhani, N., Febriani, C. A., Yanti, D. E., Rahmah, A., Rafika, E., Sari, F. A., ... & Pratiwi, Y. A. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah di SDN 01 Langkapura. *Jurnal Loyalitas Sosial*, 1(4), 27-38