

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) SD N Bukit Permai Kabupaten Sumbawa

Hamdin¹, Abdul Hamid²

Program Studi Kesehatan Masyarakat Stikes Griya Husada Sumbawa ^{1,2}

Jl. Lingkar Kebayan-Sumbawa Besar, Telp:

Korespondensi: hamdinskm@gmail.com

Article History:

Received: Juli 12, 2024;

Revised: Agustus 18, 2024;

Accepted: September 01, 2024;

Online Available: September 05, 2024;

Keywords:

PHBS,

Students,

school environment,

Abstract: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is an effort to create conditions for individuals, families, groups and communities in attitudes and behavior so that they can implement healthy living in order to maintain, maintain and improve health status. PHBS in schools is the implementation of certain health procedures by empowering teachers, students and the community in the school environment. The aim is to increase students' awareness of being able to implement PHBS in schools. Method This community service activity is carried out in the form of counseling using power point and LCD presentation media. The methods used are in the form of counseling, discussions and questions and answers with Bukit Permai Elementary School students. The results obtained from this community service activity are that the students' knowledge has increased regarding Clean and Healthy Living Behavior both at school and at home. This can be seen from the large number of responses from students in answering questions given by the presenter.*

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah suatu upaya dalam menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam sikap dan perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan. PHBS di sekolah adalah pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Tujuan Meningkatkan kesadaran siswa-siswi untuk bisa menerapkan PHBS di Sekolah. Metode Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan dengan menggunakan media presentasi power point dan LCD. Metode yang digunakan dalam bentuk penyuluhan, diskusi, dan Tanya jawab dengan para siswa-siswi SDN Bukit Permai. Hasil yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu para siswa-siswi lebih meningkat pengetahuannya mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat baik di Sekolah maupun di rumah masing-masing. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya respon para siswa-siswi dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pemateri.

Kata Kunci: PHBS, Siswa_siswi, lingkungan sekolah

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah suatu upaya dalam menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dalam sikap dan perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan derajat kesehatan (Wati, 2020). Penerapan PHBS di masyarakat merupakan tanggung jawab setiap orang, yang juga menjadi tanggung jawab pemerintah beserta jajarannya untuk memfasilitasi kegiatan PHBS di masyarakat agar dapat dijalankan secara efektif. (Wahyudi & Frianto, 2023)

Gencarnya promosi kesehatan kepada masyarakat, KEMENKES RI merumuskan “Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat” yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011 Pengelolaan

PHBS (Sriasih M, 2020). Di dalam pedoman ini ada beberapa tatanan yang mengatur upaya peningkatan PHBS, diantaranya tatanan rumah tangga, tatanan institusi kesehatan, tatanan tempat-tempat umum, tatanan tempat kerja, dan tatanan institusi pendidikan. Menurut data RISKESDAS (2020) Praktik kebersihan anak-anak di Indonesia juga masih buruk, yaitu hanya 13% anak-anak antara lima dan empat belas tahun mencuci tangan dengan sabun setelah buang air besar, 14% mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan 35 % cuci tangan pakai sabun setelah makan.(Kemensos RI, 2020)

PHBS di sekolah adalah pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Mereka diharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan di sekitar sekolah yang sehat pula. Kebiasaan hidup bersih dan sehat merupakan masalah penting dan menjadi fokus dalam pencegahan timbulnya berbagai masalah kesehatan pada anak. Permasalahan kesehatan pada anak usia sekolah masih banyak ditemukan, karena rentannya anak terhadap berbagai penyakit, terutama yang berhubungan dengan pencernaan anak seperti diare, kecacingan dan gangguan pencernaan lainnya.(Nurmahmudah et al., 2018)

PHBS bermanfaat untuk mencegah, menanggulangi dan melindungi diri dari ancaman penyakit serta memanfaatkan pelayanan kesehatan yang bermutu efektif dan efisien. Dampak dari kurang dilaksanakan PHBS diantaranya yaitu suasana belajar yang tidak mendukung karena lingkungan sekolah yang kotor, menurunnya semangat dan prestasi belajar disekolah, menurunkan citra sekolah di masyarakat umum. Ruang kelas yang kotor, maraknya jajanan tidak sehat serta tempat pembuangan sampah yang tidak tertata akan menyebabkan munculnya berbagai macam penyakit. Terdapat indicator untuk mengukur PHBS di sekolah. Indikator PHBS digunakan sebagai acuan dalam menilai pencapaian dari perilaku yang diharapkan.(Ismaya et al., 2023)

Pendidikan kesehatan bagi anak bertujuan menambah kebiasaan hidup sehat agar dapat bertanggung jawab terhadap kesehatan diri sendiri dan lingkungannya serta ikut aktif dalam usaha-usaha Kesehatan. Tujuan Pendidikan Kesehatan adalah memberikan pengetahuan tentang prinsip dasar hidup sehat, menimbulkan sikap dan perilaku hidup sehat dan membentuk kebiasaan hidup sehat. Beberapa indikator PHBS yang sebaiknya dapat dilakukan disekolah maupun dirumah yaitu cuci tangan dengan air bersih dan sabun, sebaiknya jajan di kantin sekolah atau ditempat yang sudah terjamin hygiene dan pengolahannya tepat, BAB dan BAK di jamban/ toilet, buang sampah ditempatnya, berolahraga, mengukur tinggi badan dan berat badan, memeriksa jentik nyamuk dan tidak merokok (Notoatmojo, 2018).

Indikator-indikator dalam rangka meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat dilakukan dengan baik agar tercipta perilaku sehat di lingkungan sekolah. Sekolah merupakan salah satu institusi pendidikan yang menjadi sasaran PHBS, sehingga dapat mewujudkan generasi anak sehat dan bisa menerapkan perilaku tersebut menjadi lebih baik. Sekolah selain sebagai tempat belajar bagi anak merupakan sarana tempat bersosialisasi dengan teman sebaya dan guru. (Kemensos RI, 2020)

Disekolah SDN bukit permai ada beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh pihak sekolah berdasarkan pengamatan kami dilapangan, salah satunya adalah tempat sampah, belum ada tempat cuci tangan didepan kelas.

Berdasarkan keadaan diatas pengabdian melakukan mengabdian masyarakat di SDN Bukit Permai Kabupaten Sumbawa untuk mengajak siswa-siswi belajar hidup bersih dan sehat. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat, Penyuluhan PHBS seperti Sikat Gigi, Cuci tangan pake sabun, buang sampah ditempat yang disediakan, sarasanya adalah siswa kelas 1-6 SDN Bukit Permai, lebih kurang 150 orang.

2. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dalam bentuk penyuluhan dengan menggunakan media presentasi power point dan LCD. Metode yang digunakan dalam bentuk penyuluhan, diskusi, dan Tanya jawab dengan para siswa-siswi SDN Bukit Permai.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan PHBS pada siswa-siswi dilakukan dilaukakan pada hari rabu, 09 Juli 2024 pada pukul 09.00- 11.00 WIB yang bertempat di SDN Bukit Permai Kabupaten Sumbawa. Pelaksanaan penyuluhan berjalan dengan lancar. Hal ini tampak dari partisipasi siswa-siswi SDN Bukit Permai Kabupaten yang hadir sesuai dengan rencana yang diharapkan dan berperan aktif dalam pelaksanaan penyuluhan, terbukti dengan antusiasnya siswa-siswi bertanya tentang PHBS. Dan siswa-siswi dapat menjawab pertanyaan dengan baik tentang PHBS yang di berikan oleh pemateri.

PHBS merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru dan masyarakat di lingkungan sekolah untuk mau menerapkan dan mempraktikkan pola PHBS dalam rangka menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. Manfaat menerapkan PHBS di sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat sehingga dapat mendukung kelancaran proses belajar mengajar para siswa, guru serta masyarakat di sekitar lingkungan sekolah tersebut.

Output yang diperoleh dari kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu para siswa-siswi lebih meningkat pengetahuannya mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat baik di Sekolah maupun di rumah masing-masing. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya respon para siswa-siswi dalam menjawab pertanyaan yang diberikan oleh pematari.

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dapat dimulai dengan menerapkan kebiasaan memelihara kebersihan sejak dini. Hal ini sangat bermanfaat untuk selalu dilakukan agar kesehatan tubuh tetap terjaga. Akan tetapi upaya dalam mewujudkan kondisi yang sehat baik lingkungan maupun individu, diperlukan langkah-langkah yang kongkrit untuk mencapainya. Penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui sekolah merupakan langkah yang sangat strategis. Hal ini dikarenakan anak sekolah merupakan generasi penerus bangsa yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Selain itu, anak usia sekolah merupakan anak usia muda, yaitu usia yang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan sehingga masih peka terhadap penanaman perilaku hidup bersih dan sehat melalui pendidikan.

Siswa-siswi sekolah merupakan awal dari masa depan bangsa. Dalam tujuan pembangunan nasional, siswa-siswi sekolah merupakan harapan untuk meningkatkan sumber daya manusia yang lebih baik agar dapat memajukan bangsa dan sekolah sebagai tempat belajar yang ideal mewujudkan cita-cita tersebut. Mengingat akan pentingnya siswa-siswi sekolah sebagai awal dari masa depan bangsa yang lebih baik, maka perlu ditanamkannya sikap dan perilaku yang baik pada mereka. Peran orang tua, lingkungan, dan guru sangat berpengaruh dalam membentuk perilaku siswa-siswi, apalagi pada masa usia anak-anak hingga remaja, dengan cara mengawasi, membina serta mengembangkan berbagai potensi yang dimiliki siswa-siswi, sehingga bisa tercapai keadaan yang harmonis antara guru dan siswa, dengan keadaan seperti ini siswa akan terasa lebih semangat untuk terus tumbuh dan belajar secara optimal.

Indikator PHBS digunakan sebagai acuan dalam menilai pencapaian dari perilaku yang diharapkan. Indikator PHBS pada program promosi kesehatan di sekolah sebagai berikut: Mencuci tangan dengan air mengalir yang bersih dan menggunakan sabun, mengonsumsi 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, dan membuang sampah pada tempatnya.

4. KESIMPULAN

Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dapat dimulai dengan menerapkan kebiasaan memelihara kebersihan sejak dini. Hal ini sangat bermanfaat untuk selalu dilakukan agar kesehatan tubuh tetap terjaga.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis sampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan bantuannya, utamanya kepada yang terhormat; Kepala sekolah dan Guru SDN Bukit Permai Kab. Sumbawa; Ketua Stikes Griya Husada Sumbawa; Rekan-rekan Dosen dan Mahasiswa Prodi Sarjana Kesehatan Masyarakat Stikes Griya Husada Sumbawa

DAFTAR PUSTAKA

- Ismaya, N., Nurfatihah, F., Sheila, & Triyani, S. (2023). Analisis perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 8(2), 2558–2565. <https://doi.org/10.36989/didaktik.v8i2.568>
- Kemensos RI. (2020). *Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) penguatan kapabilitas anak dan keluarga*. Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga, 1–14.
- Madanih, Anjadi, & Mutholib. (2019). Penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan 7 langkah cara mencuci tangan yang efektif di sekolah PAUD Mawar Kelurahan Sawah Baru Ciputat Tangerang Selatan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat LPPM UMJ*, 1–6.
- Mahmudah, Puspitasari, & Agustin. (2018). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah. *Jurnal Abdimas UMTAS LPPM-Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya*, 1(2), 46–52.
- Notoatmojo. (2018). *Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah. *Abdimas: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>
- Sriasih, M. (2020). Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di tempat kerja sebagai upaya pencegahan penularan COVID-19. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidik IPA*.
- Sugiritama, et al. (2021). Pengembangan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak sekolah melalui metode penyuluhan. *Buletin Udayana Mengabdikan*, 20(1), 64–70.
- Wahyudi, S. A., & Frianto, D. (2023). Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. *Universitas Buana Perjuangan Karawang*, 2(1), 3163–3172. <https://journal.ubpkarawang.ac.id/index.php/AJPM/article/view/4047>
- Wati, & Ridlo. (2020). Perilaku hidup bersih dan sehat pada masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 8(1), 47–58.