


Upaya Peningkatan Pengetahuan Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Menengah Pertama

^{1)Niluh Desy Purnamasari*, 2)Sudirman, 3)Parmi, 4)Lexy Kareba, 5)Desak Eka Susianawati, 6)Hendrik}
^{1,2,3,4,5,6)} Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Jaya, Palu, Indonesia
Email Corresponding: [desvitafc@gmail.com*](mailto:desvitafc@gmail.com)

INFORMASI ARTIKEL (10PT)	ABSTRAK
Kata Kunci: PHBS, Hygiene, Pengetahuan, Sehat, Anak Sekolah	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah memiliki peran penting dalam mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan siswa serta menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat. Namun, cakupan PHBS di sekolah masih rendah, menyebabkan dampak negatif terhadap kesehatan masyarakat. Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan dan perilaku PHBS di sekolah menjadi penting, terutama di Provinsi Sulawesi Tengah yang masih memiliki tingkat kasus diare yang tinggi. Metode: Dilakukan dengan cara memberi penyuluhan, menggunakan media elektronik. Dilakukan di SMP Negeri 13 Sigi, Kabupaten Sigi, selama 3 hari pada bulan Juni 2022, dengan 336 siswa dari berbagai tingkatan. Menggunakan desing pretest dan posttest menggunakan kuesioner. Hasil: Adanya peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa mengenai PHBS setelah melalui edukasi. Sebelumnya, pemahaman mereka tentang PHBS masih terbatas, tetapi setelah kegiatan edukasi, terlihat perbedaan yang jelas dalam peningkatan pengetahuan mereka tentang PHBS. Hasil ini mengindikasikan bahwa pendidikan dan penyuluhan berperan penting dalam meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa tentang PHBS. Kesimpulan: Bahwa pendidikan dan penyuluhan tentang PHBS di sekolah dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang pentingnya PHBS. Diharapkan bahwa pemahaman ini akan membantu siswa dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah dan meningkatkan perilaku kebersihan pribadi.
Keywords: Clean and Healthy, Hygiene, Knowledge, Healthy, Student	Clean and Healthy Behavior (CHB) in school settings plays a pivotal role in preventing diseases, enhancing student health, and fostering a clean and healthy environment. However, CHB implementation in Indonesian schools remains limited, leading to adverse public health effects, including an upsurge in diarrheal cases. Thus, enhancing CHB knowledge and practices in schools is imperative, especially in Central Sulawesi Province, which grapples with a high prevalence of diarrheal cases. Method: This community service initiative took place at SMP Negeri 13 Sigi, Sigi Regency, involving 336 students across different grade levels. Spanning three days in June 2022, the program employed pretest and posttest assessments via questionnaires. Education delivery encompassed material presentations, discussions, and the utilization of electronic and visual aids. Results: Research findings indicate a significant enhancement in students' comprehension of Clean and Healthy Behavior (CHB) following the educational intervention. Previously limited in their understanding, students exhibited noticeable improvements in their knowledge of CHB after participating in the educational activities. These outcomes underscore the vital role of education and outreach in augmenting students' understanding and awareness of CHB. Conclusion: This initiative concludes that educational interventions and outreach efforts pertaining to PHBS in schools can positively impact students' awareness and knowledge of the significance of PHBS. It is anticipated that this heightened awareness will empower students to maintain school cleanliness and improve their health and hygiene practices. <p style="text-align: right;">This is an open access article under the CC-BY-SA license.</p> 

I. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di institusi pendidikan adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Suryani, 2018).

PHBS di tatanan institusi pendidikan mencakup tindakan mencuci tangan dengan air mengalir menggunakan sabun, mengonsumsi jajan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak terdapat proses merokok di

3288

lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan (Bur & Septiyanti, 2020). Manfaat PHBS di sekolah yaitu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar yang lebih baik dan meningkatkan kesehatan para siswa, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah (Kemenkes RI, 2016a).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Indonesia tahun 2018, menunjukkan bahwa cakupan PHBS sekolah di Indonesia masih rendah. Sekolah yang telah melaksanakan PHBS hanya 35,8% sedangkan target nasional adalah 70% di tahun 2018. Rendahnya cakupan itu berdampak juga pada angka kesakitan, karena memicu timbulnya penyakit seperti diare. demikian prevalensi diare di Provinsi Sulawesi Tengah menempati urutan ke 22 sebesar 80.091 kasus (Kemenkes RI, 2016b).

Kejadian Diare, TBC dan Kusta di Provinsi Sulawesi Tengah merupakan salah satu dari dampak buruknya PHBS, namun tidak di sertai dengan cakupan pelayanan kesehatan diare yang memadai, cenderung menurun sejak tahun 2019 sebanyak 64,16% menjadi 35,89% pada tahun 2021 (DINKES Prov. Sul-Teng, 2021).

PHBS dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk tingkat pengetahuan, peran guru, peran orang tua, kontribusi tenaga kesehatan, serta ketersediaan fasilitas. Meskipun siswa dalam program PHBS ini memiliki pemahaman tentang kebersihan yang telah dilaksanakan sejauh ini, namun masih ada beberapa yang belum sepenuhnya menyadari pentingnya PHBS (Cahyani, 2022).

Dampak dari tidak melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat akan menimbulkan beberapa penyakit di antaranya cacangan, diare, sakit gigi, sakit kulit, gizi buruk, dan penyakit lainnya yang pada akhirnya mengakibatkan rendahnya derajat kesehatan Indonesia dan rendahnya kualitas hidup sumber daya Indonesia (Koem, 2014).

Selain itu dampak yang akan di alami oleh anak-anak yang tidak melakukan PHBS di sekolah menurut WHO sebanyak 100.000 anak Indonesia meninggal dunia karena penyakit diare setiap tahunnya. Hal ini di akibatkan oleh jajanan yang tidak sehat atau cuci tangan yang tidak bersih yang di lakukan anak sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak belum melakukan PHBS. Selain itu masih terdapat anak usia sekolah yang menderita penyakit cacangan karena tidak melakukan cuci tangan menggunakan sabun (Salasa et al., 2013).

Diperlukan perubahan dan peningkatan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat bagi anak sejak dini atau sejak usia sekolah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan edukasi tambahan di sekolah terkait PHBS.

II. MASALAH

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah di Indonesia menghadapi tantangan serius dengan cakupan yang masih rendah. Data dari Kementerian Kesehatan tahun 2018 menunjukkan hanya 35,8% sekolah yang telah melaksanakan PHBS, sementara target nasionalnya adalah 70%. Akibatnya, terjadi peningkatan kasus diare, dan Provinsi Sulawesi Tengah menempati peringkat ke-22 dengan 80.091 kasus. Dampak buruk PHBS juga mencakup peningkatan penyakit seperti diare, TBC, dan kusta. Meskipun siswa memiliki pemahaman tentang kebersihan, sebagian belum sepenuhnya menyadari pentingnya PHBS. Dampak kesehatan yang serius, seperti diare, cacangan, dan gizi buruk, ditimbulkan akibat kurangnya PHBS.



Gambar 1. Lokasi PkM

III. METODE

Kegiatan ini dilakukan menggunakan pendekatan edukasi dengan cara memberikan penyuluhan kepada siswa(i) yang dikumpulkan di ruang kelas, menggunakan media elektronik sehingga, selain daripada penejelasan materi seara langsung, juga dapat melihat langsung materi yang telah dibagikan melalui *smarthphone*, desain penyuluhan tersebut di anggap lebih tepat dan sesuai dengan karakter anak milenial. Dilaksanakan di SMP Negeri 13 Sigi, Kabupaten Sigi, dengan jumlah peserta siswa(i) sebanyak 336 orang yang terdiri dari kelas VII, VIII dan IX beserta guru sebanyak 21 orang. Kegiatan ini telah dilaksanakan pada bulan Juni 2022, selama 3 hari. Dengan metode penilaian *pretest* dan *posttest* menggunakan kuesioner.

Kegiatan ini diawali dengan mengurus Surat permohonan kerja sama dengan pihak sekolah untuk melakukan edukasi terkait PHBS di SMP Negeri 13 Sigi melalui pertemuan dengan para guru, kegiatan ini berlangsung dengan cara presentasi materi, diskusi terkait topik PHBS;

1. Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan,
2. Mengonsumsi jajanan sehat,
3. Menggunakan jamban bersih dan sehat
4. Olahraga yang teratur
5. Memberantas jentik nyamuk
6. Membuang sampah pada tempatnya,
7. Melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

Peralatan yang digunakan dalam kegiatan ini antara lain;

1. Laptop,
2. LCD
3. layar monitor
4. Sound system lengkap
5. Alat tulis dan peraga
6. Kuesioner

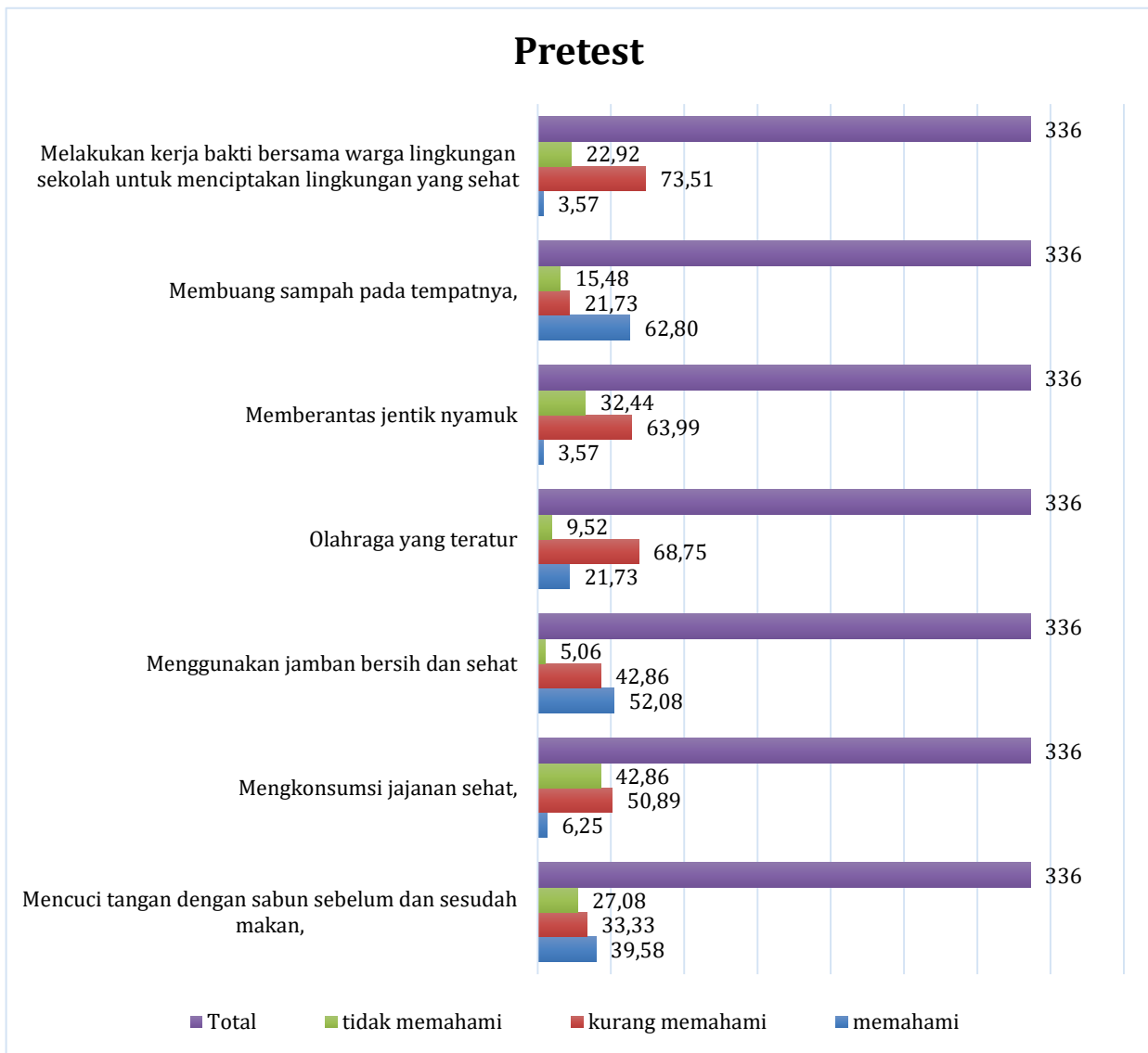
Adapun *rundown* kegiatan ini dapat dilihat pada tabel 1. berikut;

Tabel 1. Rangkaian susunan acara kegiatan

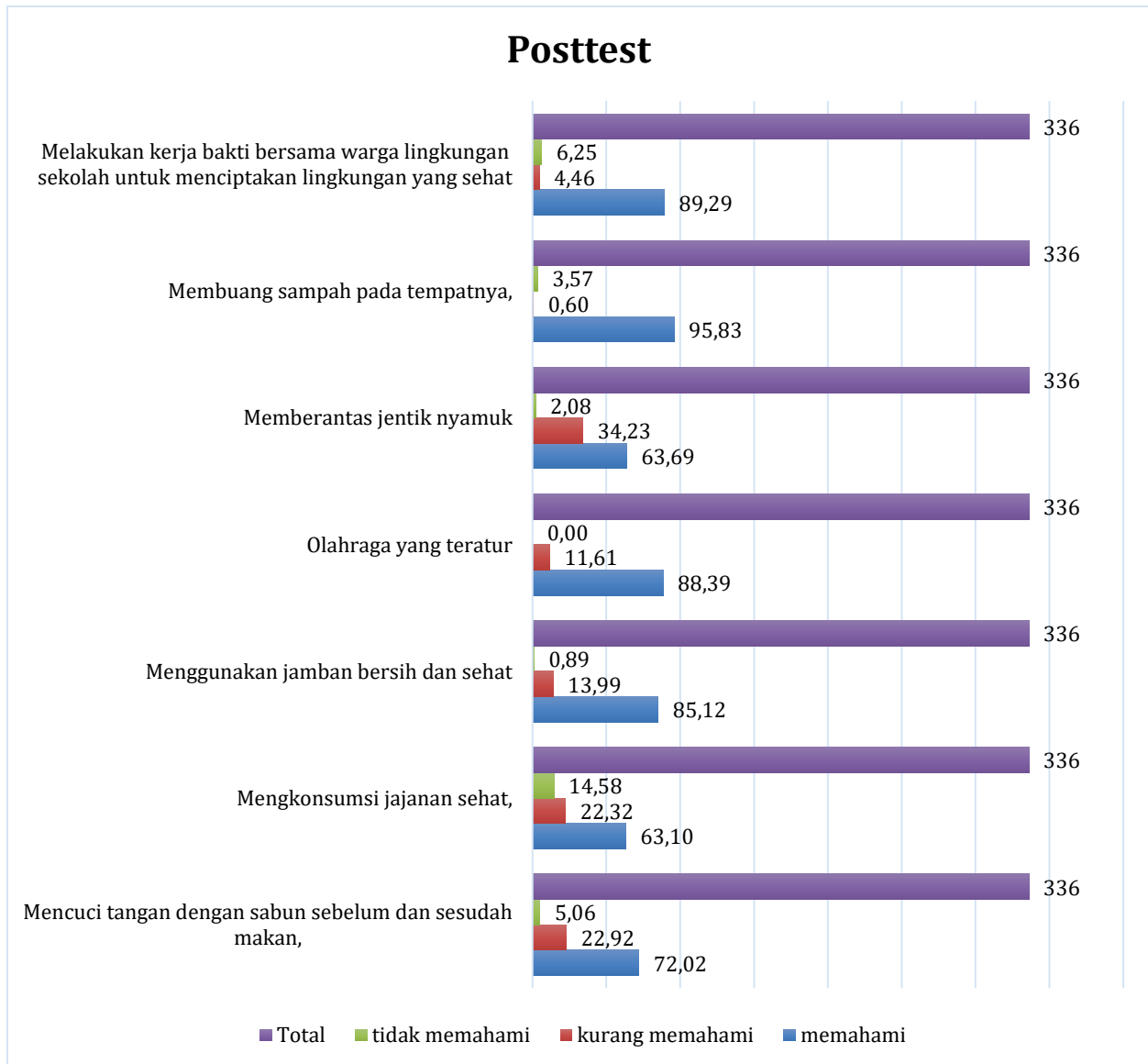
NO	Tanggal dan Jam	Kegiatan	Penanggung Jawab
1	11 Juni 2022, jam 09.00 s/d selesai	Rapat Bersama para guru, dan Pretest	Niluh Desy Purnamasari, Parmi
2	12 Juni 2022, jam 09.00 s/d selesai	Penyajian materi dan diskusi	Hendrik, Niluh Desy Purnamasari, Desak Eka Susianawaty
3	13 Juni 2022, jam 10.00 s/d selesai	Evaluasi dan post test	Sudirman, Lexy Kareba

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini telah dilaksanakan dalam bentuk penjelasan langsung kepada siswa(i) dengan menggunakan media elektronik dengan tujuan untuk membantu peningkatan kapasitas pengetahuan dan tindakan anak usia sekolah agar dapat melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. keseluruhan peserta (336) mengikuti dengan baik dari awal kegiatan hingga selesai. Adapun hasil yang di dapatkan dapat di lihat pada tabel berikut;



Gambar 2. Hasil *pretest* pengetahuan siswa(i) SMP Negeri 13 Sigi tentang PHBS



Gambar 3. Hasil *posttest* pengetahuan siswa(i) SMP Negeri 13 Sigi tentang PHBS

Berdasarkan hasil yang di peroleh pada gambar 1 dan 2, dapat di artikan bahwa sebelum di laksanakan kegiatan edukasi melalui penyuluhan, PHBS di SMP Negeri 13 Sigi belum di ketahui dengan baik secara konsep maupun pelaksanaannya. Terlihat perbedaan persentase tingkat pengetahuan pada tiap item PHBS di sekolah pada saat sebelum dan sesudah di berikan edukasi.

Proses pendidikan merupakan salah satu faktor yang utamanya dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan. Adapun tujuan dari PHBS secara umum yaitu untuk meningkatkan kesadaran masyarakat dalam mengadopsi pola hidup yang bersih dan sehat, serta untuk melakukan upaya pencegahan dan penanganan masalah kesehatan sehingga tujuan PHBS sekolah sebagai tindakan untuk memberdayakan siswa, guru, dan komunitas sekolah dalam meningkatkan pemahaman, motivasi, serta kemampuan mereka dalam menerapkan PHBS, sebagai upaya mewujudkan keberlanjutan sekolah yang sehat (Kemenkes RI, 2016a).

Tidak melakukan penyuluhan sejak dini tentang pola makan sehat dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak dapat berakibat gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak, penurunan kecerdasan, penurunan prestasi akademik, dan masalah berat badan yang kurang optimal (Andriansyah & Rahmantari, 2013).

Kegiatan ini dapat menambah pengetahuan siswa(i) SMP Negeri 13 Sigi secara praktis, sehingga dapat secara mandiri menjaga kebersihan lingkungan sekolah dan meningkatkan *personal hygiene* melalui kegiatan

berolahraga, membuang sampah pada tempat, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menjaga kebersihan WC, melakukan kerja bakti, piket untuk menjaga kebersihan ruang kelas, tidak merokok dan mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah. Para guru turut serta dilibatkan sehingga dapat mendampingi siswa(i) dalam melaksanakan PHBS dilingkungan sekolah sehingga dapat berjalan dengan baik.

Sekolah atau institusi pendidikan adalah lokasi yang strategis untuk mengedukasi tentang pentingnya gaya hidup bersih dan sehat untuk mengajarkan siswa melakukan tindakan-tindakan sederhana seperti membuang sampah dengan benar, mencuci tangan setelah beraktivitas, dan mengonsumsi makanan yang sehat dan bergizi karena dapat memberi dampak yang besar pada kesehatan (Rahmawati & Dewi, 2019).

Pendidikan kesehatan sejak dini dapat meningkatkan kesejahteraan anak dengan dukungan dari sekolah dan orang tua, berpotensi membentuk perilaku sehat (Mansur et al., 2015). Merawat kesehatan sejak usia dini sangat penting karena anak-anak lebih rentan terhadap penyakit dan daya tahan tubuh mereka masih sangat lemah (Mardhiati, 2019).

Terdapat tiga faktor kunci dalam pengembangan PHBS di sekolah. Pertama, peran utama kepala sekolah dalam perencanaan dan pelaksanaan program PHBS. Kedua, kontribusi kepala sekolah dalam mendorong penerapan perilaku bersih dan sehat di sekolah. Terakhir, dukungan yang diberikan untuk mengatasi kendala-kendala yang mungkin muncul dalam pelaksanaan program PHBS, Sebab Kepala sekolah perlu menjadi teladan di sekolah agar dapat dijadikan contoh oleh guru dan muridnya (Andriansyah & Rahmantari, 2013).

Pengetahuan tidaklah sepenuhnya menjadi penentu terciptanya PHBS yang baik di sekolah. Menurut hasil penelitian Sari dan Atiqoh (2020) bahwa tidak ada hubungan langsung antara pengetahuan dan PHBS, namun pengetahuan tetap berperan penting dalam membentuk perilaku yang konsisten karena memberikan dasar bagi pengambilan keputusan dan tindakan terhadap objek tertentu (Devi Pramita Sari & Nabila Sholihah 'Atiqoh, 2020). Demikian menurut Widyakusuma (2019) yaitu Tidak ada korelasi yang bermakna antara tingkat pengetahuan dan tindakan yang diambil oleh masyarakat (Widyakusuma putra & Manalu, 2020).

Pengetahuan memiliki potensi untuk memengaruhi perubahan dalam perilaku, dan individu dapat memperoleh pengetahuan dan keterampilan melalui proses pembelajaran (Purnamasari & Raharyani, 2020). Proses pada kegiatan dapat dilihat pada gambar-gambar berikut;



Gambar 4. Proses Pembukaan dan Penyampaian materi



Gambar 4. Penutupan dan Pelaporan

V. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian di SMP Negeri 13 Sigi, maka disimpulkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa(i) mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah setelah melalui edukasi dalam penyuluhan. Sebelumnya, pemahaman mereka tentang PHBS masih terbatas, namun setelah kegiatan edukasi, terlihat perbedaan yang jelas dalam pengetahuan mereka tentang PHBS. Kegiatan ini diharapkan akan membantu mereka menjaga kebersihan lingkungan sekolah dan meningkatkan perilaku kebersihan diri. Para guru harus berperan lebih aktif lagi dalam mendampingi siswa(i) dalam menerapkan PHBS di lingkungan sekolah, sehingga implementasi PHBS dapat berjalan dengan baik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terima kasih atas partisipasi dan Kerja sama dari bapak ibu pengajar dan peran aktif para mahasiswa dalam penyelenggaraan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. N. (2013). Penyuluhan Dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih Sehat) Dalam Mewujudkan Masyarakat Desa Peduli Sehat. *Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1), 45–50.
- Bur, N., & Septiyanti, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 47–52. <https://doi.org/10.37541/celebesabdimas.v2i1.301>
- Cahyani, W. N. I. (2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar di SD Negeri Tambaan 1. *Jurnal Pancar (Pendidik Anak Cerdas Dan Pintar)*, 6(2), 238–241. <https://doi.org/10.52802/pancar.v6i2.473>
- Devi Pramita Sari, & Nabila Sholihah 'Atiqoh. (2020). HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN MASYARAKAT DENGAN KEPATUHAN PENGGUNAAN MASKER SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN PENYAKIT COVID-19 DI NGRONGGAH. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 10(1), 52–55. <https://doi.org/10.47701/infokes.v10i1.850>

- DINKES Prov. Sul-Teng. (2021). *Profil Kesehatan Sulawesi Tengah*. <https://dinkes.sultengprov.go.id/wp-content/uploads/2022/05/PROFIL-DINAS-KESEHATAN-2021.pdf>
- Kemendes RI. (2016a). *Manfaat Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Pusat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat.
- Kemendes RI. (2016b). *Gerakan PHBS Sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://promkes.kemendes.go.id/phbs>.
- Koem, Z. A. R. J. B. S. R. C. (2014). HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA PELAJAR DI SD INPRES SUKUR KECAMATAN AIRMADIDI KABUPATEN MINAHASA UTARA. *Pharmakon*, 4(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.35799/pha.4.2015.10219>
- Mansur, N., Nuryadin, S., & Siswono, E. (2015). HEALTHY AND CLEAN LIVING BEHAVIOR REVIEWED FROM THE NEUROTICISM PERSPECTIVE AND ENVIRONMENTAL KNOWLEDGE. *JURNAL GREEN GROWTH DAN MANAJEMEN LINGKUNGAN*, 5(1), 41–55. <https://doi.org/10.21009/jgg.051.04>
- Mardhiati, R. (2019). GURU PAUD : PENDIDIKAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) ANAK USIA DINI. *IKRAITH-ABDIMAS*, 2(3), 133–141.
- Purnamasari, I., & Raharyani, A. E. (2020). INGGAT PENGETAHUAN DAN PERILAKU MASYARAKAT KABUPATEN WONOSOBO TENTANG COVID -19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(1), 33–42.
- Rahmawati, M. C., & Dewi, N. D. L. (2019). Instilling Clean and Healthy Life Behavior in Paud Atmabrata, Cilincing, Jakarta. *MITRA: Jurnal Pemberdayaan Masyarakat*, 3(1), 41–49. <https://doi.org/10.25170/mitra.v3i1.499>
- Salasa, zul, Lumongga, N., & Syahrial, E. (2013). Pengaruh Penyuluhan dengan Metode Ceramah dan Diskusi terhadap Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Anak Tentang Phbs di Sekolah Dasar Negeri 065014 Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2013. *Kebijakan, Promosi Kesehatan Dan Biostatistika*, 2(1).
- Suryani, linda. (2018). FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA/I SEKOLAH DASAR NEGERI 37 KECAMATAN TAMPAN KOTA PEKANBARU. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 1(2), 17–28.
- Widyakusuma putra, Y. I., & Manalu, N. V. (2020). TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN PERILAKU WARGA DALAM MENJALANKAN PROTOKOL KESEHATAN DI MASA NEW NORMAL PANDEMI CORONA. *Coping: Community of Publishing in Nursing*, 8(4), 366. <https://doi.org/10.24843/coping.2020.v08.i04.p04>