

**Edukasi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar***Education Of Healthy Clean Living Behaviors (PHBS) In Primary School Students***Rici Gusti Maulani¹, Nuari Andolina², Triveni³**¹⁻³ Universitas Awal BrosKorespondensi penulis : okerici345@gmail.com¹, nuariandolina92@gmail.com²,
trivennivenni@rocketmail.com³**Article History:**

Received: 10 Januari 2024

Accepted: 30 Januari 2024

Published: 09 Februari 2024

Keywords: Health Education, Clean Healthy Living Behavior, Adolescents

Abstract: Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is all health behavior carried out with awareness so that family or family members can help themselves in the health sector and can play an active role in health activities in the community (Proverawati & Rahmawati 2016). Some students at SD 003 Bengkong, Batam City still don't know what Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is, it can be seen from the fact that some of these students do not maintain personal and environmental cleanliness. PHBS students' knowledge of washing hands, using toilets, exercising regularly, shampooing hair will prevent diarrhea. This research was conducted with the aim of finding out the level of knowledge of class VI students at SD 003 Bengkong, Batam City regarding PHBS. The aim of this Community Service is to determine the knowledge of class VI students. This activity is carried out by providing education using leaflets and electronic media. The methods used are lectures, questions and answers and quizzes. The evaluation results of this activity are an increase in students' knowledge of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS).

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Proverawati & Rahmawati 2016). Beberapa siswa SD 003 Bengkong Kota Batam masih kurang tahu dengan apa itu Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS), dilihat dari beberapa siswa tersebut kurang menjaga keberishan pribadi maupun lingkungan. Pengetahuan siswa PHBS dalam mencuci tangan, memakai jamban, olahraga teratur, keramas akan terhindar dari kejadian diare. Penelitian ini dilakukan bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh tingkat pengetahuan siswa kelas IV di SD 003 Bengkong Kota Batam tentang PHBS. Tujuan Pengabdian Masyarakat ini untuk mengetahui pengetahuan siswa kelas VI. Kegiatan ini dilaksanakan berupa dengan pemberian edukasi menggunakan lembar leaflet dan media elektronik. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab dan kuis. Hasil evaluasi dari kegiatan ini berupa meningkatnya pengetahuan siswa terhadap Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS).

Kata Kunci : Pendidikan Kesehatan, Perilaku Hidup Bersih Sehat, Remaja

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran, sehingga seseorang dapat meningkatkan status kesehatannya. Dampak dari kurang dilaksanakan PHBS di antaranya yaitu suasana belajar yang tidak mendukung karena lingkungan sekolah yang kotor, menurunnya semangat dan prestasi belajar dan mengajar di sekolah, menurunkan citra sekolah di masyarakat umum. Penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Penerapan PHBS di sekolah oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah, maka akan membentuk mereka untuk memiliki kemampuan dan kemandirian dalam mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sekolah sehat. (Ayurofia et al., 2020)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan atas kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu secara mandiri menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan serta mampu berperan aktif untuk mewujudkan kesehatan di masyarakat (Karo, 2020)

Sekolah dasar negeri (SDN) 003 Bengkong Kota Batam merupakan salah satu sekolah dasar yang terletak di Kecamatan Bengkong. Sekolah ini masih jarang mendapatkan penyuluhan kesehatan khususnya tentang PHBS. Oleh karena itu, tim pengabdian masyarakat memanfaatkan sekolah tersebut untuk menjadi tempat penyuluhan tentang PHBS, agar dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS. Pengetahuan yang baik setelah penyuluhan diharapkan dapat mengurangi angka kesakitan pada siswa dan dapat meningkatkan status kesehatan serta hidup sehat di lingkungan sekolah.

Dua belas provinsi yang memperoleh cakupan tertinggi dengan proporsi di atas angka nasional adalah sebagai berikut, yaitu Bali (63,7%), Yogyakarta (56,9%), DKI Jakarta (52,6%), namun bila dilihat lagi ada dua belas provinsi yang memperoleh cakupan tertinggi di atas angka nasional NTB (46,4 %) , Kepulauan Riau (45,9 %) , Sulawesi Selatan (43,0 Sedangkan 22 provinsi lainnya memiliki proporsi rumah tangga ber-PHBS di bawah angka nasional, dengan proporsi terendah di Papua (20%), diikuti Kalimantan Barat (20,6%), dan Sumatera Selatan (25,1%). Dari 12 Provinsi yang mencapai proporsi di atas angka nasional hanya tiga provinsi yang memiliki lebih dari separuh rumah tangganya melakukan PHBS, yaitu Bali , Yogyakarta DKI Jakarta.

Riset Kesehatan Dasar tahun 2007, 2013, dan 2018 memperlihatkan proporsi rumah tangga yang melakukan PHBS selama sepuluh tahun terakhir mengalami peningkatan sekitar

28%. Gambaran secara rinci proporsi PHBS lima tahunanyaitu 11,2% (2007) menjadi 23,6% (2013) dan kemudian 39,1% (2018).

Kecamatan Bengkong merupakan merupakan dataran rendah atau berada di daerah kepulauan. Ketersediaan informasi dapat meningkatkan intuisi sehingga pengetahuan yang didapatkan menjadi bertambah. Informasi bisa didapat dari media cetak, media elektronik, media sosial, orang tua, guru, teman dan sebagainya. Informasi yang didapat akan menambah wawasan mengurangi kesalahan dalam mengambil keputusan serta meningkatkan gambaran yang positif terhadap menarche (Narsih et al., 2021).

Studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 23 Oktober 2023 berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan dengan wawancara tanya kepada para siswa di sdn tersebut. Bahwasanya penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) jarang dilakukan dan beberapa siswa ada yang jarang cuci kaki dan tangan setelah selesai berolahraga, menggunakan jamban yang bersih disekolah, mengeluh kepala gatal-gatal. Maka dari itu tim pengabmas melakukan pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi terkait PHBS.

METODE

Metode pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat ini yaitu dengan memberikan Edukasi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) pada siswa kelas VI SDN 003 Bengkong Kota Batam dengan tujuan diberikan edukasi ini untuk menambah pengetahuan siswa terhadap PHBS agar siswa tau bagaimana perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dan dapat menerapkannya secara berkelanjutan. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilakukan dalam 3 tahap.

- a. Tahap Pertama Tim pelaksana memasukan surat izin untuk melakukan Pengabdian Masyarakat ke SDN 003 Bengkong Kota Batam. meminta persetujuan responden (sasaran kegiatan) kemudian tim memberikan beberapa pertanyaan untuk mengetahui sejauh mana siswi memahami terkait PHBS (Pre test)
- b. Tahap Kedua Tim pelaksana meminta persetujuan responden (sasaran kegiatan) kemudian tim memberikan beberapa pertanyaan untuk mengetahui sejauh mana siswi memahami terkait PHBS
- c. Tahap Ketiga memberikan edukasi kepada siswa dengan materi “Edukasi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS)” Kegiatan ini dilaksanakan secara luring.
- d. Tahap Keempat Tim pelaksana memberikan leaflet kepada siswa dan melakukan tanya jawab kembali (Post test)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa, 23 Oktober 2023 bertempat di SDN Bengkong yang diikuti oleh siswi yang berjumlah 56 orang. Materi yang disampaikan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat terdiri dari pengenalan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). Materi yang diberikan terkait PHBS adalah seputar tentang kebersihan yang mana nanti bisa menjadi acuan anak-anak di SDN 00 3 Bengkong Kota Batam untuk diaplikasikan di kehidupan sehari-hari. Tujuan dari diberikannya materi PHBS untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan kemauan masyarakat agar hidup sehat dan meningkatkan peran aktif masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha, dalam upaya mewujudkan derajat hidup yang optimal. Terdapat 5 tatanan PHBS yaitu rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan dan tempat umum. Tatanan adalah tempat dimana sekumpulan orang hidup, bekerja, bermain, berinteraksi dan lain-lain. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat diwujudkan di setiap tatanan dengan melakukan pengelolaan manajemen program PHBS melalui tahap pengkajian, perencanaan, penggerakan pelaksanaan sampai dengan pemantauan dan penilaian (Tim Field Lab FK UNS, 2013)

Alat kelamin perempuan dan konsep menarche. Materi diberikan dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan tampilan media yang menarik sehingga menarik minat siswi untuk dapat memperhatikan serta memahami isi materi yang disampaikan. Pengenalan tubuh pada anak usia sekolah sangat penting. Anak usia sekolah perlu mendapatkan informasi yang lengkap mengenai aspek-aspek dalam kesehatan reproduksi untuk mendukung anak hingga remaja dalam mengambil keputusan yang tepat dalam kesehatannya, bertanggung jawab terhadap diri sendiri, baik norma, agama serta lingkungannya (Direktorat Jendral Sekolah Dasar, 2020).



Gambar 1. Pemberian Materi tentang PHBS

Media lain yang digunakan dalam kegiatan ini untuk meningkatkan pemahaman siswi terhadap Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) adalah power point, video yang berisi tentang hal-hal yang harus terkait dengan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa media ini berpengaruh terhadap pengetahuan siswa terhadap Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). penggunaan media audiovisual berpengaruh terhadap sikap remaja putri dalam menghadapi menarche. media audiovisual yang tampilannya menarik dan menggunakan kalimat yang mudah dimengerti akan memudahkan remaja putri untuk menerima informasi, memudahkan dalam mengingat informasi serta lebih memahami informasi yang diberikan (Ismalia, 2019).



Gambar 2. Pemberian Materi tentang Konsep PHBS

Pemahaman tentang pengetahuan PHBS sangat penting bagi siswa yang ada di sekolah dasar. Oleh karena itu, Tim pengabdian juga memberikan praktik langsung terkait cara menjaga kebersihan diri. Hal ini dilakukan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa terhadap Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) dalam kehidupan sehari-hari. Untuk menjaga kebersihan diri dan lingkungan tentunya dengan melibatkan peserta didik untuk menjaga kebersihan di sekolah seperti mencuci tangan setelah bermain sebelum dan sesudah makan, membuang sampah pada tempatnya, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, jajan yang sehat, olahraga teratur. (Marko, 2021)

KESIMPULAN

Pengetahuan dan pemahaman siswa terhadap pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) mengalami peningkatan dan siswa antusias dalam pemberian penkes tersebut dan kemudian siswa – siswa akan berupaya untuk menjadikan kebersihan diri atau membiasakan diri untuk melakukan dan menjaga PHBS. Kegiatan serupa dapat dilanjutkan oleh pihak sekolah dan juga ikut melibatkan instansi – instansi yang terkait (Instansi pendidikan dan Instansi kesehatan) sebagai upaya untuk menumbuhkan perilaku hidup bersih sehat di sekolah maupun di kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Rofia Nurfadillah, (2020). Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru. <file:///C:/Users/Acer/Downloads/Perilaku-Hidup-Bersih-dan-Sehat-di-Sekolah-pada-Masa-Adaptasi-Kebiasaan-Baru-New-Normal.pdf>
- Karo, M. B. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Strategi Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19. Paper Presented At The Prosiding Seminar Nasional Hardiknas.
- Nurhajati, N. (2015). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat. Jurnal Unita. Tim Field Lab FK UNS. 2013. Komunikasi Informasi Edukasi PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) Semester V. Universitas Sebelas Maret.Surakarta
- Ismalia Husna, dkk, (2019). Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Siswa SD Negeri 5 Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran. <https://core.ac.uk/download/pdf/353678382.pdf>
- Marko Ferdian Salim, dkk (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh. <file:///C:/Users/Acer/Downloads/51342-250419-1-PB.pdf>