



Penyuluhan Pembelajaran Dini dan Penerapan Perilaku Hidup Sehat dan Sehat (PHBS) di SDN 01 Moramo Utara

Fitriah¹, Harleli², Irma^{3*}

¹Departemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo; email: fithria@uho.ac.id

²Departemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo; email: leli.har63@gmail.com

³Departemen Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo; irmankedtrop15@uho.ac.id

ABSTRACT

The vision of developing a healthy Indonesia is characterized by a society whose population lives in a healthy environment and behaves, has a high level of health and has the ability to access quality health services. Clean and healthy living behavior (PHBS) is an effort to create and provide learning experiences for individuals, community groups and families by providing information and providing education on how to improve knowledge, attitudes and behavior towards health. The aim of this activity is to increase children's knowledge at an early age about clean and healthy living behavior. The methods used are lecture methods, question and answer discussions and simulations using LCD media and teaching aids. The results of this activity show that there is an influence of PHBS counseling on the knowledge of children at SDN 01 North Moramo before and after the training with a p-value = $0.001 < \alpha = 0.000$ which is analyzed using the McNemar test, which means H_0 is rejected and H_1 is accepted. The conclusion of this activity is that there is an influence of training on clean and healthy living behavior (PHBS) on the knowledge of children at SDN 01 North Moramo.

Keywords : School Children; Counseling; Knowledge; PHBS

ABSTRAK

Visi pembangunan Indonesia sehat ditandai dengan masyarakat yang penduduknya hidup dalam lingkungan dan berperilaku sehat, mempunyai derajat kesehatan yang tinggi serta mempunyai kemampuan dalam menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya dalam menciptakan serta memberikan pengalaman belajar bagi individu, kelompok masyarakat dan keluarga dengan memberikan informasi dan melakukan edukasi tentang bagaimana cara meningkatkan, pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap kesehatan. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan anak di usia dini tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Metode yang digunakan adalah metode ceramah, diskusi tanya jawab serta simulasi dengan menggunakan media LCD dan alat peraga. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan PHBS terhadap pengetahuan anak SDN 01 Moramo Utara sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan dengan nilai p-value = $0,001 < \alpha = 0,000$ yang dianalisis menggunakan uji McNemar, yang artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima. Kesimpulan dari kegiatan ini adalah ada pengaruh pelatihan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap pengetahuan anak SDN 01 Moramo Utara.

Kata Kunci : Anak Sekolah; Konseling; Pengetahuan; PHBS

Correspondence : Irma

Email : irmankedtrop15@uho.ac.id, no kontak (+62 823-9505-0404)

• Received 03 Desember 2023 • Accepted 12 Desember 2023 • Published 12 Desember 2023

• e - ISSN : 2961-7200

PENDAHULUAN

Hidup sehat adalah sesuatu hal yang harus diterapkan karena memiliki manfaat dalam mensejahterakan masyarakat baik itu secara individu maupun kesehatan anak serta keluarga dalam mencapai keharmonisan rumah tangga. Tanpa disadari, ada beberapa masalah kesehatan yang dialami oleh masyarakat [1]. Masalah tersebut diketahui dengan cara melakukan observasi dari rumah ke rumah untuk mengetahui secara nyata masalah kesehatan yang dihadapi sesungguhnya. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya dalam menciptakan serta memberikan pengalaman belajar bagi individu, kelompok masyarakat dan keluarga dengan memberikan informasi dan melakukan edukasi tentang bagaimana cara meningkatkan, pengetahuan, sikap dan perilaku terhadap kesehatan [2].

Menurut Kemenkes lingkungan sekolah perlu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat karena masa kanak-kanan belum mempunyai kemampuan untuk memahami dan menerapkan pentingnya hygiene personal. Peran guru dan orang tua sangat penting dalam memberikan motivasi serta meningkatkan derajat kesehatan anak usia dini melalui edukasi perilaku hidup bersih dan sehat. Permasalahan kesehatan yang dialami oleh anak usia dini seperti gangguan kesehatan, gangguan pertumbuhan serta gangguan perilaku dan belajar harus segera diatasi untuk meningkatkan kualitas hidup anak usia sekolah dasar dikemudian hari dan tidak menghambat pencapaian prestasi belajar anak [3].

Higiene personal merupakan suatu upaya seseorang dalam memelihara kebersihan dirinya seperti gigi, mulut, mata, telinga, tangan dan kuku, kulit serta rambut yang dilakukan secara sadar demi menjaga kesehatan untuk mencegah berbagai penyakit. Pengetahuan mengenai hygiene personal sangat diperlukan setiap individu dalam mempertahankan kebersihan hidup serta menciptakan kesejahteraan dan kesehatan yang optimal. Sekolah tidak hanya memberikan pengetahuan pendidikan umum saja, akan tetapi juga memberikan pendidikan dan pengetahuan

serta edukasi dalam menerapkan pola perilaku hidup bersih dan sehat [4].

Menurut Departemen kesehatan, bahwa dari 1.000 penduduk terdapat 300 orang yang terjangkit penyakit diare sepanjang tahun. Berdasarkan data World Health Organization, bahwa terdapat 100.000 anak Indonesia yang meninggal karena diare setiap tahunnya. Menurut data dari Kemenkes RI, bahwa Sulawesi Tenggara merupakan provinsi dengan cakupan PHBS rendah yaitu sebanyak 43,8%. Hal ini menunjukkan bahwa standar cakupan PHBS belum mencapai standar cakupan Indonesia sehingga akan berpengaruh pada kesehatan anak sekolah dasar dan masyarakat setempat. Promosi kesehatan sekolah merupakan sarana pendidikan yang berperan penting terhadap siswa, kepala sekolah, guru, karyawan sekolah yang harus dilibatkan dalam berbagai aktivitas pendidikan kesehatan. Hal ini dilakukan untuk mewujudkan lingkungan yang sehat disekolah demi tercapainya derajat kesehatan yang optimal serta mendukung tercapainya proses belajar mengajar [5].

Masalah kesehatan yang ada di SDN 01 Moramo Utara adalah kurangnya pengetahuan mengenai PHBS, timbulnya penyakit menular seperti penyakit infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) pada anak sekolah, masalah kebiasaan hidup yang tidak sehat serta faktor lingkungan. Untuk itu, kami melakukan penyuluhan di SDN 01 Moramo Utara mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, khususnya perilaku cuci tangan pakai sabun di rumah maupun di sekolah. Siswa yang kami amati merupakan siswa yang duduk di kelas 4-6 agar mereka semua bisa lebih mengetahui tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dengan tahap sosialisasi berupa penyuluhan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan kesadaran para siswa tentang hygiene personal. Tujuan dari pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan informasi tentang PHBS, jenis-jenis PHBS di sekolah serta melakukan simulasi dan paktek PHBS kepada seluruh siswa sebagai contoh perilaku hidup bersih dan sehat [6].

METODE

Metode yang dilakukan yaitu dengan menganalisa serta melakukan survei pendahuluan di SDN 01 Moramo Utara desa Lamokula dengan cara melakukan wawancara dan observasi langsung pada anak sekolah dasar. Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilaksanakan pada bulan Oktober 2023. Metode ini dilakukan dengan metode ceramah, diskusi tanya jawab serta simulasi dengan menggunakan media LCD dan alat peraga. Kegiatan ini dilakukan oleh 2 orang dosen yang dimana masing-masing dosen memiliki peran yakni sebagai narasumber dan operator. Kegiatan penyuluhan ini dilakukan melalui 2 tahap, yaitu di dalam ruangan kelas dan di luar ruangan kelas. Kegiatan penyuluhan dilakukan di dalam ruangan kelas. Sebelum melakukan penyuluhan, peserta didik mengisi formulir pre test yang kemudian dilanjutkan dengan memberikan materi perilaku hidup bersih dan sehat yang sesuai usia dini dan diberikan leaflet PHBS bergambar. Materi yang disampaikan lebih banyak menggambarkan contoh-contoh yang terjadi di lingkungan sekolah dengan tujuan untuk memberikan pengetahuan tentang PHBS dan penerapannya. Dengan memperlihatkan gambar menarik serta beberapa lagu dengan tema pola hidup bersih dan sehat, peserta sangat antusias. Setelah melakukan penyuluhan maka dilakukan pengisian formulir post test dan diakhir kegiatan peserta melakukan demonstrasi cara cuci tangan yang baik dan benar yang dilakukan di luar ruangan kelas.

HASIL

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di SDN 01 Moramo Utara sebagian besar siswa belum mengetahui penerapan pola hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan masyarakat. Siswa/siswi yang mengikuti kegiatan berada di kelas 4-kelas 6 dengan jumlah total sebanyak 30 orang. Para siswa/siswi mengikuti kegiatan ceramah dengan antusias karena mereka tertarik dengan gambar-gambar serta lagu perilaku hidup bersih dan sehat yang dipaparkan.



Gambar 1. Antusias Peserta Mengikuti Penyuluhan PHBS



Gambar 2. Sesi Penyuluhan Menggunakan Gambar

Sebelum melakukan sesi ceramah materi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) maka terlebih dahulu melakukan pre test disertai dengan penayangan gambar animasi dengan melakukan komunikasi, informasi dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan serta perilaku yang baik sehingga anak sekolah dasar mampu memahami dan mempraktekan perilaku perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah demi meningkatkan derajat kesehatannya.



Gambar 3. Sesi Persiapan Melakukan Praktek Mencuci Tangan



Gambar 4. Sesi Praktek Mencuci Tangan

Peserta dalam program pengabdian ini adalah seluruh siswa kelas 6 SDN 01 Moramo Utara yang berjumlah 30 orang yang berada di kelas 4-6.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin Pada Anak SDN 01 Moramo Utara

Karakteristik responden	N	Persentase (%)
Usia		
11 tahun	21	0,4
12 tahun	9	0,6
Jenis kelamin		
Laki laki	8	12,9
Perempuan	22	87,1
Jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 1, menunjukan hasil bahwa jumlah peserta penyuluhan PHBS mayoritas berada pada kelompok usia 11 tahun yaitu sebanyak 21 orang (0,4%) dan yang paling

sedikit berada pada kelompok usia 12 tahun yaitu sebanyak 9 orang (2,9%). Sedangkan berdasarkan jenis kelamin mayoritas adalah perempuan yaitu sebanyak 22 orang (87,1%).

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sebelum Penyuluhan PHBS Pada Anak SDN 01 Moramo Utara

Pengetahuan Sebelum Penyuluhan	N	Persentase (%)
Kurang	28	68
Cukup	2	32
Jumlah	26	100

Berdasarkan tabel 2, menunjukan hasil bahwa dari 30 responden yang mengisi kuisioner pre test sebelum kegiatan dilakukan yaitu sebanyak 28 orang (68%) yang memiliki tingkat

pengetahuan kurang dan sebanyak 2 orang (32%) peserta yang memiliki tingkat pengetahuan cukup.

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan Sesudah Penyuluhan PHBS Pada Anak SDN 01 Moramo Utara

Pengetahuan Sesudah Penyuluhan	N	Persentase (%)
Kurang	3	25
Cukup	27	75
Jumlah	39	100

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan hasil bahwa dari 30 responden yang mengisi kuisioner post test sesudah kegiatan dilakukan sebanyak 27

orang (75%) yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan sebanyak 3 orang (25%) yang memiliki tingkat pengetahuan kurang.

Tabel 4. Hasil Uji Berdasarkan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Penyuluhan PHBS Pada Anak SDN 01 Moramo Utara

Pengetahuan Sebelum Penyuluhan	Pengetahuan Sesudah Penyuluhan				Total		p
	Kurang		Cukup				
	N	%	N	%	N	%	0.001
Kurang	1	3,3	26	86,7	27	90	
Cukup	0	0	3	0,1	3	10	
Total	1	4,8	22	95,3	25	100	

Berdasarkan tabel 4, menunjukkan hasil bahwa sebelum diberikan penyuluhan PHBS terdapat 30 responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang yaitu sebanyak 27 orang (90%) dan 3 orang (10%) responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup. Sedangkan hasil sesudah diberikan penyuluhan PHBS, ternyata dari 30 responden diperoleh sebanyak 22 orang (95,3%) yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan sebanyak 3 orang (4,8%) yang memiliki tingkat pengetahuan kurang. Menurut Notoatmodjo bahwa pengetahuan datang dari pengalaman serta bisa didapatkan dari berbagai informasi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan PHBS terhadap pengetahuan anak SDN 01 Moramo Utara sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan dengan nilai $p\text{-value} = 0.001 < \alpha = 0,000$ yang dianalisis menggunakan uji Mc Nemar, yang artinya H_0

ditolak dan H_1 diterima. Meningkatnya pengetahuan anak sekolah di usia dini setelah dilakukan penyuluhan PHBS dikarenakan responden antusias mengikuti kegiatan dari awal sampai akhir sehingga mereka mampu memahami pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat.

Hal ini dapat diasumsikan bahwa anak sekolah dasar di usia dini yang memiliki tingkat pengetahuan baik akan dengan mudah memahami dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah. Begitu juga sebaliknya, apabila anak memiliki tingkat pengetahuan yang rendah maka dapat menyebabkan ketidakmampuan siswa memahami dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil pengabdian ini sesuai dengan hasil pengabdian terdahulu yang menunjukkan bahwa ada pengaruh penyuluhan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada anak usia dini atau siswa sekolah dasar [7–10].

Sekolah sehat harus memiliki lingkungan yang mendukung pembelajaran. Program ini menekankan pada aspek lingkungan yang meliputi

lingkungan fisik dan non fisik [11–13]. Aspek lingkungan fisik menekankan pada fasilitas seperti konstruksi ruang dan bangunan; ventilasi dan intensitas pencahayaan; kepadatan ruang kelas; jarak papan tulis dengan siswa; kualitas dan kuantitas meja dan kursi siswa; ketersediaan toilet, tempat cuci tangan, dan air bersih; pengendalian kebisingan; tempat sampah; program pengelolaan sampah; program pemberantasan bibit penyakit; serta kantin sehat. Lingkungan non fisik meliputi perilaku sehingga kriteria sekolah sehat yang selanjutnya adalah sekolah memiliki program pembinaan dalam mendorong dan membiasakan siswa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, yang tentu saja juga memberikan panutan kepada siswa [14–16]

Tim pengabdian mendampingi siswa dan mempraktikkan metode cuci tangan yang baik dan benar dengan sabun dan air mengalir. Tim juga menjelaskan kembali mengenai manfaat cuci tangan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan tersedianya wastafel galon ini, siswa- siswi SDN 01 Moramo Utara dapat mencuci tangannya sebelum dan sesudah makan agar terhindar dari penyakit

SIMPULAN

Pelaksana kegiatan program pengabdian masyarakat mencakup kegiatan sosialisasi dan demo pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Analisis statistik menggunakan uji Mc Nemar yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pelatihan penyuluhan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap pengetahuan anak SDN 01 Moramo Utara dengan nilai $p\text{-value} = 0.001$

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Kepala Sekolah SDN 01 Moramo Utara yang telah memberikan wadah untuk melakukan kegiatan pengabdian masyarakat serta pihak-pihak yang membantu dalam proses pelaksanaan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adriansyah AA, Firdausi NJ. Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Membangun Gaya

Hidup Sehat Sejak Dini Di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Lengkong 1, Desa. *Community Development Journal*. 2017;1(2):87–95. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]

2. Fatmawati TY, Ariyanto A, Nurfitriani N. PKM Peningkatan Perilaku Hidup Sehat Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Jambi. *J-Dinamika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2019;4(1). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
3. Wijayanti RA, Nuraini N, Deharja A. Efektifitas Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa Di Smp Islam Mahfilud Duror Jelbuk. *Jurnal Ilmiah Inovasi*. 2016;16(3). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
4. Anhusadar L, Islamiyah I. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*. 2020;5(1):463–75. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
5. Ambarwati ER, Prihastuti P. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (Germas) Mencuci Tangan Menggunakan Sabun Dan Air Mengalir Sebagai Upaya Untuk Menerapkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sejak Dini. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2019;1(1):45–52. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
6. Rahman H, La Patilaiya H. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Meningkatkan Kualitas Kesehatan Masyarakat. *JPPM (Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat)*. 2018;2(2):251–8. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
7. Pertiwi WE, Annissa A. The Evaluation of Health Promotion Media Availability in Elementary Schools. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*. 2019;7(1):100–4. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
8. Azmidillah MR. Pendidikan Kesehatan Menggunakan Metode Ceramah dan Media Leaflet Terhadap Perilaku Cuci Tangan di SDN Sungai Bahadangan Kecamatan Banjang Kabupaten HSU. *Program Studi S1 Keperawatan*. 2017;

9. Kusnan A, Susanty S. Improvement of Clean and Healthy Living Behavior in Coastal Communities in Bajo Indah Village, Soropia District Konawe District. *Mattawang: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. 2022;3(1):36–41. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
10. Nurwahidah I. Gambaran program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tatanan rumah tangga di Puskesmas Balaraja Kabupaten Tangerang Tahun 2017 [Internet]. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2015; 2018. Available from: <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/38033>. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
11. Raharjo AS, KM SIS. Hubungan antara pengetahuan, sikap, dan ketersediaan fasilitas di sekolah dalam penerapan PHBS membuang sampah pada tempatnya (Studi di Sekolah Dasar Negeri Banjarsari 02 Kecamatan Gabus Kabupaten Pati). *Unnes Journal of Public Health*. 2014;3(1). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
12. Haryati H. Efektivitas Penyuluhan Kesehatan dan Aksi Masyarakat dalam Upaya Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Masyarakat Kelurahan Kambu Kota Kendari. *Jurnal Pengabdian Meambo*. 2022;1(2):65–73. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
13. Rastini NI, Marwati NM, Patra I. Perbedaan Penggunaan Metode Ceramah Dengan Metode Ceramah Kombinasi Media Video Terhadap Pengetahuan dan Tindakan Cuci Tangan Pakai Sabun Siswa Studi dilakukan di Sekolah Dasar Negeri 1 Dawan Klod Kecamatan Dawan Kabupaten Klungkung Tahun 2018. *Poltekkes Denpasar*; 2018. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
14. Tutik T, Fitriani E, Falla F, Utami KB, Febriasti NA, Putri MM. Pemanis dan Pewarna Pada Makanan Jajanan. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati (JPFM)*. 2022;5(2). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
15. Maudu R, Hafid F, Ichsan DS. Analisis Kadar Siklamat Dengan Metode Kromatografi Cair Kinerja Tinggi Pada Minuman Jajanan Sekolah Di Kota Palu. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2019;13(1):17–24. [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]
16. Gomo MJ, Umboh JML, Pandelaki AJ. Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sekolah Pada Siswa Kelas Akselerasi Di SMPN 8 Manado. *e-Biomedik*. 2013;1(1). [[View at Publisher](#)] [[Google Scholar](#)]