

## Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bagi Siswa- Siswi SD 16 Kabupaten Sumbawa

Nur Arifatus Sholihah 1, Iga Maliga 2, Asri Reni Handayani 3, Herni Hasifah 4

1,4 Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Stikes Griya Husada Sumbawa

2, 3 Program S1 Studi Keperawatan, Stikes Griya Husada Sumbawa

Korespondensi Penulis : [arifatus93@gmail.com](mailto:arifatus93@gmail.com)

**Abstract.** *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) refers to efforts and actions taken by individuals, families, groups, and communities to create conditions that support health and maintain and improve health status. Teaching Clean and Healthy Living Behavior to elementary school children not only helps prevent disease and maintain their health, but also forms healthy living habits that they will carry throughout their lives. The purpose of this community service is to increase knowledge and awareness of Clean and Healthy Living Behavior to students of SD 16 Sumbawa. The implementation method used is the lecture method, discussion, and direct observation to the place of service. The participants involved were 20 students of SD 16 Sumbawa on Wednesday, Mei 10, 2023. The results showed that before counseling, 60% (12 students) of the 20 respondents had poor initial knowledge, but after counseling, the number of students with high knowledge increased to 75% (15 students). This means that counseling on Clean and Healthy Living Behavior for SD 16 Sumbawa students can increase knowledge and awareness of the importance of implementing Clean and Healthy Living Behavior.*

**Keywords:** *PHBS, Knowledge, Behavior*

**Abstrak.** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merujuk pada upaya dan tindakan yang dilakukan oleh individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat untuk menciptakan kondisi yang mendukung kesehatan dan menjaga serta meningkatkan derajat kesehatan. Mengajarkan PHBS kepada anak-anak sekolah dasar tidak hanya membantu mencegah penyakit dan menjaga kesehatan mereka, tetapi juga membentuk kebiasaan hidup sehat yang akan mereka bawa sepanjang kehidupan mereka. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran PHBS kepada siswa-siswi SD 16 Sumbawa.

Metode pelaksanaan yang digunakan adalah metode ceramah, diskusi, serta observasi langsung ke tempat pengabdian. Peserta yang terlibat sebanyak 20 orang siswa-siswa SD 16 Sumbawa pada hari Rabu, 10 Mei 2023. Hasil menunjukkan bahwa sebelum penyuluhan, 60% (12 siswa) dari 20 responden memiliki pengetahuan awal yang kurang, namun setelah penyuluhan, jumlah siswa dengan pengetahuan tinggi meningkat menjadi 75% (15 siswa). Artinya bahwa penyuluhan PHBS bagi Siswa-Siswi SD 16 Kabupaten Sumbawa dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya penerapan PHBS .

**Kata kunci:** PHBS, Pengetahuan, Perilaku

## **LATAR BELAKANG**

Salah satu cara mengantisipasi atau menghindari Covid -19 yaitu dengan PHBS yang baik dan juga 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). Menurut data RISKESDAS (2013) Praktik kebersihan anak-anak diIndonesia 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.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya-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). Pada konteks ini juga Mahmudah (2018) menegaskan bahwa Penerapan PHBS di masyarakat merupakan tanggung jawab setiap orang, yang juga menjadi tanggung jawab pemerintah kota beserta jajaran sector terkait untuk mmfasilitasi kegiatan PHBS di masyarakat agar dapat dijalankan secara efektif.

Pembelajaran PHBS disekolah dapat berupa aktifitas sehat seperti mencuci tangan dengan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan dan membuang sampah pada tempatnya (Sugiritama, 2021).

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 dasar masih banyak ditemukan, karena rentannya anak terhadap berbagai penyakit, terutama yang berhubungan dengan pencernaan anak seperti diare, kecacingan dan gangguan pencernaan lainnya (Madanih, 2019). Permasalahan ini muncul kebanyakan disebabkan karena kurangnya informasi dan pengetahuan mengenai PHBS pada anak. Anak usia sekolah dasar dan anak juga masih mengabaikan masalah Kesehatan yang sering mereka alami, sehingga dibutuhkan upaya preventif dan promotive agar anak sekolah memiliki pengetahuan, sikap dan Tindakan PHBS yang baik agar mencegah terjadinya beberapa masalah Kesehatan. 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 (Fitriani, 2011). 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, 2012)

Program Studi Kesehatan masyarakat tertarik melakukan penyuluhan tentang Pendidikan Kesehatan tentang PHBS bagi siswa- siswi SD Sumbaw Besar sebagai salah satu cara pencegahan dan menambah pengeetahuan tentang PHBS.

## **METODE PENELITIAN**

Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan ceramah dan diskusi serta melakukan observasi langsung tempat pengabdian. Pengabdian ini melibatkan mahasiswa sebagai pelaksana teknis. Pengabdian berlokasi di SD 16 Kabupaten dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang siswa. Adapun sasaran program pengabdian ini ditujukan kepada Siswa-Siswi SD 16 Kabupaten Sumbawa. Langkah-langkah yang akan dilaksanakan untuk melancarkan kegiatan yaitu sebagai berikut:

- a) Survei lokasi yang akan menjadi sasaran penyuluhan kesehatan
- b) Mulai berkenalan terlebih dahulu kemudian melakukan perijinan untuk melakukan pengabdian masyarakat di tempat tersebut
- c) Materi kegiatan yang dilaksanakan adalah

**Tabel 1. Rincian Kegiatan**

No	Pokok Bahasan	Petugas
1	Pengenalan diri kepada pihak sekolah dan peserta	Pemateri
2	Ceramah dan diskusi Pemaparan Materi PHBS	
3	Diskusi	
4	Evaluasi hasil kegiatan	

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada hari Rabu, 10 Mei 2023 pada pukul 08.30 hingga pukul 12.00 WITA. Proses pengabdian dilakukan dengan mekanisme penyuluhan kolektif dengan metode edukasi dan sosialisasi dengan ceramah dan diskusi bersama. Dalam pengabdian ini juga melibatkan mahasiswa sebanyak 2 orang mahasiswa semester VI dan semester IV. Adapun tahapan pelaksanaan dalam pengabdian ini meliputi tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi.

### **a. Persiapan**

Tahap persiapan dimulai dengan menyiapkan perizinan, dan mempersiapkan Powerpoint dan Brosur sebagai media penyuluhan. Proses koordinasi perizinan melibatkan perizinan di SD 16.

### **b. Pelaksanaan**

Proses pelaksanaan kegiatan pengabdian dilaksanakan mulai pukul 08.30. Kegiatan memberikan penyuluhan tentang PHBS dan dilanjutkan dengan diskusi bersama. Seluruh peserta pengabdian sangat antusias dalam menerima kedatangan tim pelaksana untuk mengikuti penyuluhan. Dan dari Pihak kantor desa dan kader pun juga dapat menambah pengetahuan serta bisa memberikan edukasi berupa informasi tentang pencegahan hipertensi dan senam hipertensi yang harus dilakukan.

### **c. Evaluasi**

Proses evaluasi dilakukan dengan menilai hasil pengetahuan awal (Pre test) dengan hasil pengetahuan Akhir (Post test).

**Tabel 2. Hasil Pengetahuan Awal (Pre test) Peserta Penyuluhan**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase (%)</b>
Tinggi	4	20
Sedang	4	20
Kurang	12	60
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Hasil Tabel 2 menunjukkan bahwa dari pengetahuan awal peserta penyuluhan PHBS masih kurang yaitu sebanyak 12 responden (60%).

**Tabel 3. Hasil Pemahaman Akhir (Post test) Peserta penyuluhan**

<b>Kategori</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Persentase</b>
Tinggi	15	75
Sedang	2	10
Kurang	3	15
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Hasil Tabel 3 menunjukkan bahwa pengetahuan akhir peserta penyuluhan PHBS setelah dilakukan pretest tentang PHBS mengalami peningkatan dalam kategori tinggi sebanyak 15 siswa (75%), kategori Sedang sebanyak 2 siswa (10%). Walau demikian masih ada yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 3 siswa (15%), hal ini di pengaruhi dengan kurangnya kemampuan siswa dalam membiasakan diri melakukan PHBS secara konsisten. kategori tinggi, di mana 75% (15 siswa) dari total responden memiliki pengetahuan yang tinggi tentang PHBS.

Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan PHBS berhasil meningkatkan pengetahuan peserta dari tingkat yang kurang menjadi tinggi. Hasil ini menunjukkan efektivitas penyuluhan dalam menyampaikan materi dan informasi yang relevan tentang PHBS kepada peserta. Peningkatan pengetahuan ini penting dalam mendorong adopsi perilaku hidup bersih dan sehat serta memberikan pemahaman yang lebih baik tentang praktik-praktik PHBS yang penting untuk menjaga kesehatan siswa dan masyarakat.

Hal tersebut sejalan dengan Julianti dkk. (2018) menunjukkan bahwa pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah masih sangat kurang. Hal ini

dibuktikan dengan hanya 3 orang yang memenuhi kriteria cukup, sedangkan 13 orang lainnya atau mayoritas dari sampel yang diteliti memenuhi kriteria kurang. Hal serupa ditunjukkan oleh Lina (2017) bahwa siswa memiliki pengetahuan rendah tentang indikator PHBS di sekolah, yang paling rendah adalah mayoritas siswa kurang pengetahuan tentang penggunaan jamban bersih dan sehat. Kendatipun demikian Mustar dkk. (2018) menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan terkait PHBS setelah intervensi pendidikan kesehatan pada siswa sekolah dasar.

Hal ini menunjukkan bahwa penyuluhan yang dilakukan dalam menyampaikan informasi dan edukasi kepada siswa telah memberikan dampak positif. Peserta lebih memahami pentingnya praktik-praktik PHBS, memiliki sikap yang lebih positif terhadap kesehatan, serta mampu mengubah perilaku mereka secara nyata.

Peningkatan pengetahuan memungkinkan siswa untuk mengidentifikasi dan memahami prinsip-prinsip PHBS dengan lebih baik. Mereka memiliki pengetahuan yang lebih mendalam tentang langkah-langkah seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan lingkungan, dan menjaga kesehatan pribadi. Selain itu, juga berdampak pada perubahan sikap yang positif terhadap PHBS. Siswa menjadi lebih sadar akan pentingnya kesehatan dan berkomitmen untuk menerapkan praktik-praktik PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Pentingnya Mengenalkan Penyuluhan tentang PHBS di SD 16 Kabupaten Sumbawa untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Proses pelaksanaan dilakukan dengan melibatkan 20 siswa. Proses kegiatan ini sangat membantu siswa untuk lebih mengenal apa itu PHB dan bagaimana melakukan PHBS yang baik dan benar. Adapun saran-saran atau masukan yang dapat kami berikan adalah perlu meningkatkan kebersihan diri dengan selalu melakukan PHBS yang baik dan benar serta menjaga konsistensi dalam melakukan PHBS.

## **DAFTAR REFERENSI**

Hidayati, S.N. (2016). Pengaruh Pendekatan Keras dan Lunak Pemimpin Organisasi terhadap Kepuasan Kerja dan Potensi Mogok Kerja Karyawan. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(2), 57-66. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i2.164>.

Risdwiyanto, A. & Kurniyati, Y. (2015). Strategi Pemasaran Perguruan Tinggi Swasta di Kabupaten Sleman Yogyakarta Berbasis Rangsangan Pemasaran. *Jurnal Maksipreneur: Manajemen, Koperasi, dan Entrepreneurship*, 5(1), 1-23. <http://dx.doi.org/10.30588/SOSHUMDIK.v5i1.142>.

Bator, R. J., Bryan, A. D., & Schultz, P. W. (2011). Who Gives a Hoot?: Intercept Surveys of Litterers and Disposers. *Environment and Behavior*, 43(3), 295–315. <https://doi.org/10.1177/0013916509356884>.

ri pengalaman belajar yang dilalui (Rusman, 2011).