

## Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah Dasar Negeri 01 Sunter Agung

Zuraida Sagala<sup>1</sup>, Lilih Riniwasih K<sup>2</sup>, Satya Candra Indra Yani<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta

\* [zoerasagala@gmail.com](mailto:zoerasagala@gmail.com)

### ABSTRAK

PHBS di sekolah adalah upaya untuk memperdayakan peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat juga merupakan 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 kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Depkes RI, 2007). Tujuan dari kegiatan ini agar siswa siswi lebih mengetahui tentang Pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang harus diterapkan di kehidupan sehari-hari terutama di lingkungan sekolah. Sasaran pada kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu siswa/i kelas 5 SDN 01 Sunter Agung dengan dilakukan penyampaian materi dan praktik dalam penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa/i dengan metode presentasi menggunakan powerpoint, media banner dan video. Metode penilaian pemahaman siswa/i yaitu dengan memberikan beberapa pertanyaan berupa kuisisioner pada sebelum dan sesudah penyampaian materi. Diperoleh data bahwa ada beberapa siswa/i yang belum paham mengenai PHBS pada saat sebelum penyampaian materi sedangkan setelah penyampaian materi diperoleh bahwa seluruh siswa/i kelas 5 SDN 01 Sunter Agung dapat mengetahui dan meningkatkan pengetahuannya mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui penyuluhan yang dilakukan.

**Kata Kunci:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), lingkungan sekolah, pengabdian masyarakat

### ABSTRACT

*PHBS in schools is an effort to empower students, teachers, and the school community to know, want, and be able to practice PHBS and play an active role in creating healthy schools. Clean and healthy living behavior is also a set of behaviors practiced by students, teachers, and the school community on the basis of awareness as learning outcomes, so that they are able to independently prevent disease, improve their health, and play an active role in creating a healthy environment (MOH RI, 2007). The purpose of this activity is for students to know more about the Importance of Clean and Healthy Behavior (PHBS) that must be applied in daily life, especially in the school environment. The target of the activities in this community service are students of grade 5 SDN 01 Sunter Agung by delivering materials and practices in the application of Clean and Healthy Behavior (PHBS) to students by presentation methods using powerpoints, banner media and videos. The method of evaluating students' understanding is by giving several questions before and after the delivery of material. Data was obtained that there were some students who did not understand PHBS prior to the delivery of the material while after submitting the material it was found that all grade 5 students of SDN 01 Sunter Agung could find out and improve their knowledge of Clean and Healthy Behavior (PHBS) through counseling which is conducted.*

**Keywords:** *Clean and Healthy Behavior (PHBS); school environment, community dedication*

### PENDAHULUAN

Saat ini masyarakat harus mempunyai kepedulian terhadap kesehatan yang ada di dalam maupun yang ada di luar dirinya (lingkungannya sekitar). Masyarakat

diharapkan mampu berperan sebagai pelaku pembangunan kesehatan dalam menjaga, memelihara, dan meningkatkan derajat kesehatannya sendiri serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan bahwa “Kesehatan Sekolah” diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis sehingga diharapkan menjadi sumber daya manusia yang berkualitas.

PHBS di sekolah adalah upaya untuk memperdayakan peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat juga merupakan 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 kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Depkes RI, 2007).

Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2013 menyatakan bahwa, kesehatan dipengaruhi oleh perilaku yang mejunjung tinggi keadaan kebersihan. Akibat kurangnya perhatian terhadap kebersihan ini, maka masih banyak penyakit yang timbul seperti diare, kecacingan, fi larias, demam berdarah dan muntaber. Masalah kebersihan yang masih banyak dialami oleh siswa SD yaitu, masalah pada gigi sebanyak 86%, tidak bisa potong kuku sebanyak 53%, tidak bisa menggosok gigi sebanyak 42% dan tidak mencuci tangan sebelum makan sebanyak 8%. Sedangkan penyakit yang banyak diderita oleh siswa SD yaitu penyakit cacingan sebesar 60-80%, dan caries gigi sebanyak 74,4%. Oleh sebab itu, untuk mengatasi masalah tersebut perlu adanya upaya secara komprehensif dari berbagai Sektor (Kementrian Kesehatan RI, 2013).

Berdasarkan uraian diatas menyadari pentingnya hal tersebut, maka kami selaku mahasiswa/i Biologi Seluler Pagi B Universitas 17 Agustus 1945 Jakarta dibawah bimbingan Ibu Zuraida Sagala, S.Si.,M.S.i tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang pentingnya hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar di SD Negeri 01 Sunter Agung.

## METODE

Kegiatan dalam pengabdian masyarakat ini bertempat di SDN 01 Sunter Agung. Sasaran pada kegiatan ini yaitu siswa/i kelas 5 SDN 01 Sunter Agung. Metode kegiatan ini berbentuk penyampaian materi dan praktik dalam penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada siswa/i kelas 5 dengan menggunakan metode presentasi powerpoint dengan media banner dan video. Metode penilaian pemahaman siswa/i yaitu dengan memberikan beberapa pertanyaan berupa kuisisioner pada sebelum dan sesudah penyampaian materi. Indikator keberhasilan yaitu dilihat dari hasil kuisisioner sebelum dan sesudah penyampaian materi.

Tabel 1. Agenda Kegiatan

No.	Waktu	Kegiatan	Narasumber	Pelaksana
1.	10.00 – 10.10	Sambutan dan pengenalan materi	WaKepsek dan Mahasiswa/i UTA'45	Sie. Acara
2.	10.10 – 10.40	Materi	Mahasiswa/i UTA'45	Sie. Acara
3.	10.40 – 11.00	Tanya jawab	Mahasiswa/i UTA'45	Sie. Acara

4.	11.00 – 11.20	Penutup/Dokumentasi	Mahasiswa/i UTA'45	Sie. dokumentasi
5.	11.20	Pembagian makanan dan snack	Mahasiswa/i UTA'45	Sie. Konsumsi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mempunyai tujuan yaitu meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat agar hidup bersih dan sehat serta masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha berperan serta aktif mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

Sasaran dari pelaksanaan pengabdian masyarakat yang berjudul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PBHS) di lingkungan Sekolah” adalah siswa dan siswi kelas 5 dari SDN 01 Sunter Agung Jakarta Utara. Kegiatan dilakukan pada Senin, 16 Desember 2019 yang dimulai pada pukul 10.00 WIB sampai dengan selesai.

Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah serta diikuti oleh 43 siswa yang terdiri dari 22 siswi dan 21 siswa. Materi yang disampaikan pada saat kegiatan pengabdian ini terkait dengan 8 indikator PBHS di sekolah, yaitu mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, membrantas jentik nyamuk, tidak merokok disekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, dan membuang sampah pada tempatnya.

Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai dilakukan pembagian kuisioner terlebih dahulu (*pretest*) untuk diisi oleh para siswa tujuannya untuk mengetahui sejauh apa pengetahuan dan pemahaman para siswa mengenai perilaku hidup sehat dan bersih. Lalu kegiatan dilakukan dengan memulai penyampaian materi tentang PHBS kepada para siswa setelah penyampaian materi selesai dilakukan games tujuannya untuk mengajak adik-adik bermain sekaligus mengulik kembali seberapa jauh materi yang sudah diberikan dan diserap oleh para siswa dengan cara memberi pertanyaan. Siapa yang bisa menjawab dengan benar maka akan mendapatkan hadiah. Lalu dilakukan kembali sesi pengisian kuisioner setelah kegiatan (*post test*) yang bertujuan untuk mengetahui pemahaman para siswa tentang PBHS.

Setelah selesai dilakukannya kegiatan penyuluhan diharapkan para siswa siswi dapat mendapatkan ilmu tentang PHBS dan dapat menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya meningkatkan kesehatan dan perilaku hidup bersih.

Materi yang diberikan mengedepankan tentang cara perilaku hidup bersih dan sehat yang berpedoman pada 8 indikator PHBS. Dimana nilai hasil pengamatan berdasarkan data dari kuisioner yang di dapat menunjukkan bahwasanya pengetahuan para siswa meningkat sehingga para siswa dapat menerapkan atau mempraktikkan dengan benar apa yang sudah diberikan.



Gambar 1. Penyampaian Materi PHBS



Gambar 2. Kerjasama Guru dengan Para Mahasiswa

Berdasarkan jenis kelamin peserta wanita lebih banyak (51,16%) dibandingkan dengan peserta laki-laki yaitu 48,84%.

Tabel 1. Jumlah Siswa yang Paham tentang PBHS

No.	Jenis Kelamin	Sebelum Penyuluhan		Sesudah Penyuluhan	
		Belum	Sudah	Belum	Sudah
1	Perempuan	4	17	-	22
2	Laki – Laki	-	21	-	21
	Jumlah Siswa	4	38	-	43

Berdasarkan data diatas dapat dilihat bahwa tingkat pemahaman siswa tentang PBHS sebelum dilakukannya penyampaian materi PBHS terdapat siswa yang belum mengetahui dan setelah dilakukannya penyuluhan semua siswa menjadi mengerti dan mengetahui tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

## **SIMPULAN**

Dari kegiatan pengabdian masyarakat dengan tema “Pentingnya Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah Dasar Negeri 01 Sunter Agung ini dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengetahuan dan pemahaman peserta yaitu tentang PHBS (Perilaku Hidup Sehat dan Bersih) menjadi meningkat.
2. Perlu adanya sosialisai lain untuk memberikan pemahaman kepada adik-adik di sekolah dasar agar lebih menjaga kebersihan dan kesehatan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Departemen Kesehatan, RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS 2013). Jakarta : Departemen Kesehatan.

Depkes RI. (2007). Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.

Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan.