

PENINGKATAN PENGETAHUAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA DAN SISWI KELAS VI DI SMP NEGERI 31 PALEMBANG

KNOWLEDGE OF CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIORS (PHBS) OF CLASS VI STUDENTS IN SMP N 31 PALEMBANG

Annisa Khoiriah¹, Latifah²

^{1,2} DIII Kebidanan, STIK Siti Khadijah Palembang

email : annisakhrszy@gmail.com

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sekolah adalah upaya untuk memperdayakan siswa dan siswi untuk hidup bersih dan sehat sehingga siswa dan siswi mampu mempraktikkan yang disebut PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Tujuan Pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMP N 31 Kota Palembang. Adapun Analisis data yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini adalah analisa univariat, Pengambilan Sampel dalam pengabdian masyarakat ini menggunakan metode tehnik non-random yaitu seluruh siswa – siswi Kelas VI SMP N 31 Kota Palembang dengan metode total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 27 siswa. Populasinya adalah Seluruh siswa Kelas VI SMP N 31 Kota Palembang. Metode pada pengabdian masyarakat ini adalah memberikan penyuluhan dengan siswa – siswi Kelas VI SMP N 31 Kota Palembang, kemudian di ambil data menggunakan kuisisioner dalam pengabdian masyarakat di SMP N 31 Kota Palembang, adapun hasilnya yang didapatkan dari kegiatan pengabdian masyarakat berpengetahuan baik tentang PHBS Sebanyak 9 orang (33,3%) menjadi meningkat 13 orang (48,2%), untuk berpengetahuan cukup mengenai PHBS sebanyak 4 orang (14,8%), meningkat 8 orang (29,6%), sedangkan berpengetahuan kurang sebanyak 14 (51,9%) orang menurun menjadi 6 orang (22,2%).

Kata Kunci : PHBS, Frekuensi, Perilaku, Pengetahuan

ABSTRACT

Clean and Healthy Lifestyle in schools is an effort to empower students to live clean and healthy so that students are able to practice what is called PHB and play an active role in realizing a healthy school. The purpose of this community service is to improve the Behavior of Clean and Healthy Living in SMP N 31 Palembang City. This community service used univariate data analysis and a total sampling method, namely all students of Class VI SMP N 31 Palembang City with a total of 27 students. The population is all students of Class VI SMP N 31 Palembang City. The method of community service is counseling with Grade VI students of SMP N 31 Palembang City, then the data is collected using a questionnaire at SMP N 31 Palembang City. The results obtained from community service activities are good knowledge about PHBS as much as 9 people (33.3%) increased by 13 people (48.2%), 4 people had sufficient knowledge about PHBS (14.8%), increased by 8 people (29.6%), while 14 people had less knowledge (51, 9%) people decreased to 6 people (22.2%).

Keywords : PHBS, Frequency, Behavior, Knowledge

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah merupakan suatu upaya untuk dapat memberdayakan siswa dalam menerapkan perilaku bagi siswa, guru, maupun masyarakat di lingkungan sekolah agar mampu mempraktikkan PHBS, dan juga

berperan aktif dalam mewujudkan sekolah yang sehat. Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, maupun kemampuan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, kemudian untuk meningkatkan peran serta aktif masyarakat termasuk dunia usaha

dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal.

Masalah dengan Promosi Kesehatan di institusi pendidikan atau disebut dengan (*Health PromotingI*) yang dicanangkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia [2] dengan menggunakan model holistik yang terdiri dari hubungan antar aspek fisik, mental, sosial, dan juga lingkungan. Dimana dengan Konsep ini melibatkan keluarga dengan mendorong partisipasinya untuk meningkatkan pengetahuan dan juga keterampilan peserta didik. Dalam menentukan Pembentukan dalam perilaku sehat di institusi sekolah, Dimana Banyak penyakit yang harus dihindari dengan cara PHBS di mulai dari demam, flu, dan juga masih banyak infeksi. Salah satu faktor yang mendukung PHBS yaitu kesehatan lingkungan terutama di lingkungan sekolah SMP N 31 Palembang.

Dalam kondisi kesehatan anak di dunia terutama di Indonesia banyak anak yang tingkat kesehatannya tergolong rendah dibanding negara-negara ASEAN seperti (Malaysia, Filiphina, Thailand, Singapura, Brunei Darusalam dan Vietnam). Indeks dalam pembangunan indonesia merosot, dari 0,629 tahun 2018 ke 0,514 tahun 2019 akibatnya, posisi indonesia meningkat dari 121 menjadi 118 menurut indeks *Human depelopment (HDI)*. Dari Data Profil Kesehatan Indonesia menyebutkan bahwa baru 64,41% sarana lingkungan yang telah dibina yang meliputi institusi pendidikan (67,52%), tempat kerja (59,15%), tempat ibadah (58,84%), fasilitas kesehatan (77,02%) dan sarana lain (62,26%), hal ini menunjukkan bahwa pembinaan PHBS ditatanan selain rumah tangga yaitu tatanan institusi pendidikan, tatanan tempat kerja, tatanan tempat umum, dan tatanan fasilitas kesehatan juga masih belum berjalan sebagai mestinya. Kebiasaan masyarakat Indonesia dalam mencuci tangan pakai sabun sekarang tergolong sangat rendah. PHBS memang

sepertinya mudah di katakana tapi penerapannya sangat sulit karena membutuhkan kesadaran, kesungguhan, akan pentingnya menjaga kesehatan, semua perilaku mahasiswa sebenarnya pasti punya pengaruh terhadap kesehatan, apapun bentuknya, mulai dari makan, tidur, mandi, berpakaian sampai cara belajar, hanya saja di prioritaskan mana perilaku yang berpotensi menimbulkan penyakit.[4]

Kami melakukan penyuluhan serta ikut serta dalam pembersihan kelas. Salah satu faktor yang mendukung PHBS adalah adanya kerjasama antara siswa siswi, guru, karyawan, serta masyarakat sekitar wilayah sekolah, semua itu tidak bisa terlepas dari beberapa factor pendukung. Salah satu faktor pendukung kemajuan SDM di bidang Pendidikan ialah Kesehatan individual pelajar menjalankan hidup bersih dan sehat baik didalam maupun diluar kelas, karena situasi yang bersih dan sehat dapat membuat kenyamanan serta proses belajar mengajar dapat berjalan dengan baik.

Kesehatan lingkungan merupakan keseimbangan antara lingkungan dengan manusia agar menciptakan lingkungan yang bersih, sehat, nyaman dan aman serta terhindar dari berbagai macam penyakit.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka kami melakukan penyuluhan serta edukasi guna menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan SMP N. 31 Palembang serta memberikan informasi untuk meciptakan Lingkungan sekolah yang bersih dan sehat.

METODE

Metode dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah penyuluhan tentang peningkatan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa dan siswi kelas VI di SMP Negeri 31 Palembang.

Sebelum memberikana penyuluhan tentang PHBS, kami melakukan perijinan

kegiatan pengabdian masyarakat di SMP Negeri 31 Palembang, setelah melakukan proses perijinan, kemudian dilakukan pemberian materi pada siswa-siswi di SMP Negeri 31 Palembang, isi materi peningkatan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Pemberian materi dilakukan untuk peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau di singkat dengan PHBS di SMP Negeri 31 Palembang.

Pemberian materi dalam pengabdian masyarakat dilakukan pada tanggal 08-09 Agustus 2020 di SMP Negeri 31 Palembang. Setelah pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, dilakukan tindak lanjut pada tanggal 24 Agustus berupa evaluasi mengenai pemahaman dan penerapan untuk peningkatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa dan siswi di SMP Negeri 31 Palembang.

Populasi

Populasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah seluruh siswa kelas VI SMP N. 31 Palembang yang berjumlah 27 orang terdiri dari 20 laki-laki dan 7 perempuan

Sampel

Sampel dalam pengabdian masyarakat ini adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap mewakili seluruh populasi. Sampel dalam pengabdian masyarakat ini adalah sampel jenuh atau total populasi, yaitu keseluruhan siswa kelas VI SMP N. 31 Palembang, yang berjumlah 27 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh dosen D III Kebidanan dan dosen S1 keperawatan STIK Siti Khadijah Palembang.

Pengabdian masyarakat ini dilakukan pada tanggal 08-10 Agustus 2020 pada siswa Kelas VI di SMP N. 31 Palembang dilakukan dengan memberi penjelasan dan penyuluhan mengenai PHBS, jumlah peserta

27 orang terdiri dari 20 laki-laki dan 7 perempuan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini awali dengan pengenalan dan kemudian kuisioner pretest terkait tentang peningkatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa dan siswi di SMP Negeri 31 Palembang. Kegiatan selanjutnya, pemberian materi tentang peningkatan pengetahuan PHBS akan penting untuk menjaga hidup bersih dan sehat.

Tabel 1 Peningkatan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan sehat (PHBS) di SMP N. 31 Palembang

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi		Persentase (%)	
	Pre Test	Post Test	Pre Test	Post Test
Baik	9	13	33,3	48,2
Cukup	4	8	14,8	29,6
Kurang	14	6	51,9	22,2
Total	27	27	100	100

Berdasarkan Tabel 1 dari hasil kuisioner untuk pre dan post yang di bagikan kepada siswa dan siswi SMP Negeri 31 Palembang yang berpengetahuan baik tentang PHBS Sebanyak 9 orang (33,3%) menjadi meningkat 13 orang (48,2%), untuk berpengetahuan cukup mengenai PHBS sebanyak 4 orang (14,8%), meningkat 8 orang (29,6%), sedangkan berpengetahuan kurang sebanyak 14 (51,9%) orang menurun menjadi 6 orang (22,2%). Dari hasil tersebut dapat dilihat peningkatan persentase pada siswa dan siswi dengan pengetahuan baik dan cukup serta penurunan persentase pada siswa dan siswi berpengetahuan kurang, sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa-siswi setelah diberikan penyuluhan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat setelah di SMP Negeri 31 Palembang.

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat, dari 27 responden hasil kuisioner untuk pre dan post yang di bagikan kepada siswa dan siswi SMP Negeri 31 Palembang yang berpengetahuan baik tentang PHBS Sebanyak 9 orang (33,3%) menjadi meningkat 13 orang (48,2%), untuk berpengetahuan cukup mengenai PHBS sebanyak 4 orang (14,8%), meningkat 8 orang (29,6%), sedangkn berpengetahuan kurang sebanyak 14 (51,9%) orang menurun menjadi 6 orang (22,2%).

Dari hasil tersebut dapat dilihat peningkatan persentase pada siswa dan siswi dengan pengetahuan baik dan cukup serta penurunan persentase pada siswa dan siswi berpengetahuan kurang, sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa-siswi setelah diberikan penyuluhan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat setelah di SMP Negeri 31 Palembang. Kegiatan ini dapat berjalan engan baik dan mendapatkan dukungan dari berbagai pihak, selama proses kegiatan siswa dan siswi di SMP Negeri 31 Palembang sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan Kesehatan. Hal ini dapat dilihat dari respon siswa dan siswi, mulai dari menjawab kuesioner pretest, penyuluhan PHBS, dan Menjawab kuisioner Posttest.

Beberapa cara pencegahan infeksi yang diakibatkan karena bakteri adalah dengan menjaga hygiene dan sanitasi, termasuk dengan membersihkan tangan dengan sabun selama 20 detik sebelum memegang makanan, setiap kali selesai dari kamar kecil, dan memegang benda-benda lain, serta mencuci peralatan yang digunakan untuk makan dan mengolah bahan daging dengan sabun. Selain itu, penting sekali mengontrol kehadiran penjual jajanan di sekitar sekolah, dengan memberikan edukasi secara berkelanjutan, serta memfasilitasi upaya menyediakan

jajanan yang bersih dan sehat bagi anak sekolah. [5]

Untuk mengurangi paparan anak sekolah terhadap makanan jajanan yang tidak sehat dan tidak aman, perlu dilakukan usaha promosi keamanan pangan baik kepada pihak sekolah, guru, orang tua, murid, serta pedagang. Hal ini memerlukan perhatian khusus, yang membutuhkan komitmen kuat semua pihak untuk saling mendukung di bawah koordinasi Puskesmas setempat, sehingga upaya mengamankan anak sekolah dari makanan dan minuman berisiko mengakibatkan kesakitan, dapat berjalan berkelanjutan. Perlu diupayakan pemberian makanan ringan atau makan siang yang dilakukan.[6]

Hasil Pengabdian masyarakat sejalan yang di pada 8 SD di Jakarta, pada 432 siswa kelas 5 tentang perilaku jajan anak sekolah menyebutkan bahwa 37% (147 siswa) membeli makanan disertai saus merah, 22% (87 siswa) yang mengambil makanan langsung dengan tangan yang tidak bersih setelah bermain, 21% (83 siswa) jarang mencuci tangan, 4% (17 siswa) tidak pernah cuci tangan.[7]

Hasil pengabdian masyarakat SDK Ritapada kecamatan kota komba kabupaten manggarai timur yaitu Munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10) ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa pengetahuan informan terhadap PHBS pada siswa-siswi SDK ritapada cukup, sikap informan terhadap PHBS pada siswa-siswi SDK ritapada positif dan tindakan informan terhadap PHBS pada siswa-siswi SDK ritapada menunjukkan tindakan positif. Dalam penelitian ini disarankan kepada pihak sekolah untuk dapat memberikan pendidikan kesehatan sekolah dengan tujuan untuk meningkatkan sikap dan perilaku peserta didik yang positif dan perlunya peningkatan kepedulian petugas kesehatan

memberikan penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat disekolah.[8]

Seiring dengan pengabdian masyarakat yang berjudul gambaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada kelas akselerasi di SMP Manado dari 56 responden, hasil pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa 90,4% siswa mengetahui akan phbs di sekolah.[9] Kalaupun ada, penutup itu hanya berupa kain bekas

Pengabdian masyarakat dengan judul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)” Ruang lingkup dan tujuan UKS tidak lain mengarah pada praktik perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah. Karena terdiri dari 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.[11]

PHBS adalah singkatan dari perilaku hidup bersih dan sehat. Merupakan seperangkat perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran dalam upaya sehat dan aktif dalam membantu kesehatan lingkungan sekitar. PHBS pada usia dini sangat baik untuk mengedukasi dan menanamkan kesadaran akan pentingnya kebersihan sebagai upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan. PKM ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang PHBS kepada siswa TK Al-Fadhiilah dan siswa SD Cibangunkidul, sehingga siswa dapat mengamalkannya dalam kehidupan sehari-hari. Metode pelaksanaan dilakukan dengan penyuluhan menggunakan in-focus, buku catatan, dan alat peraga. Penyuluhan PHBS untuk anak sekolah berjalan dengan baik, seluruh peserta antusias mengikuti kegiatan PKM ini.[12]

Siswa SMP N.31 Palembang. Belum terlalu banyak mengerti Pentingnya PHBS karenakan siswa masih banyak yang memiliki kebiasaan kurang menjaga kebersihan makanan seperti dengan jajan sembarangan oleh anak sekolah di sekitar sekolah. Makan jajanan yang kurang terjamin kebersihannya seperti makan jajanan tanpa pembungkus (tanpa kemasan tertutup) dan banyak terpegang-pegang tangan orang lain serta minum es yang dijual oleh pedagang di sekolah yang kebersihan air dan wadahnya kurang terjamin, Membuang sampah sembarangan, tidak menggunakan jamban yang bersih dan sehat, tidak menimbang berat badan secara teratur, karena pertimbangan dampak yang akan muncul di kemudian hari akibat perilaku hidup bersih dan sehat, seperti munculnya penyakit diare, typhus dan kecacingan. Agar kondisi kesehatan lingkungan sekolah tersebut dapat tercapai, maka peran serta dan keterlibatan semua pihak maupun warga sekolah.

SIMPULAN

Setelah Dilakukan Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Masyarakat, Simpulan Yang Dapat Diambil Antara Lain Adanya Peningkatan Pengetahuan Tentang Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Dan Siswi Kelas VI Di SMP Negeri 31 Palembang.

Harapan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini supaya siswa dan siswi bisa semangkin meningkatkan pengetauan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), sehingga bisa terhindar dari berbagai penyakit terutama penyakit Diare, cacingan, demam, flu, dan masih banyak lagi infeksi. Dan diharapkan SMP Negeri 31 Palembang bisa membuat program edukasi Kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. Agustina, R. Hayati, and H. Irianty, "Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Rumah Tangga Terhadap Penggunaan Air Sumur Gali dalam Menurunkan Angka Kejadian Water Borne Disease," *Indones. J. Community Dedication*, 2019, doi: 10.35892/community.v1i1.13.
- [2] H. P. Lina, "PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA DI SDN 42 KORONG GADANG KECAMATAN KURANJI PADANG," *J. PROMKES*, 2017, doi: 10.20473/jpk.v4.i1.2016.92-103.
- [3] UNDP, "Human Development Indices and Indicators. 2018 Statistical Update," *United Nations Dev. Program.*, 2018.
- [4] Kemenkes RI 2018, *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. 2018.
- [5] S. Nugroho, *Metode Kuantitatif*. 2017.
- [6] S. Notoadmojo, "Metodelogi Penelitian Kesehatan," *Indones. Journal Med. Sci.*, 2018, doi: S0887899401003605 [pii].
- [7] M. J. Gomo, J. M. L. Umboh, and A. J. Pandelaki, "GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SEKOLAH PADA SISWA KELAS AKSELERASI DI SMPN 8 MANADO," *J. e-Biomedik*, 2013, doi: 10.35790/ebm.1.1.2013.4590.
- [8] S. SyahAswadidir, V. Delastara, and Surahmawati, "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur," *Public Heal. Sci. J.*, 2017.
- [9] T. Numrapi, V. D. Cahyani, S. Zulaekah, and L. Hidayati, "Infeksi Cacing, ISPA dan PHBS pada REMaja Putri Stunting dan Non Stunting di SMP Negeri 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo," in *Seminar Nasional Gizi 2017 Program Studi Ilmu Gizi UMS*, 2017.
- [10] C. Chandra, A. Fauzan, and M. F. Aquarista, "HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN DAN SIKAP DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA SEKOLAH DASAR (SD) DI KECAMATAN CERBON TAHUN 2016," *J.*

Kesmas (Kesehatan Masyarakat) Khatulistiwa, 2017, doi: 10.29406/jkkm.v4i3.849.

- [11] Marni Br Karo, "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)," *J. Keperawatan Komunitas*, 2020.
- [12] E. Nurmahmudah, T. Puspitasari, and I. T. Agustin, "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah," *ABDIMAS J. Pengabd. Masy.*, 2018, doi: 10.35568/abdimas.v1i2.327.

DOKUMENTASI



Gambar 1. Foto Bersama Kepala Sekolah Beserta Staf Guru SMP Negeri 31 Palembang



Gambar 2. Penyerahan Obat2an Bagi Siswa Dan Siswi Di UKS SMP Negeri 31 Palembang



Gambar 4. Penyuluhan PHBS bagi siswa dan siswi



Gambar 3. Foto Bersama Siswa Dan Siswi SMP N 31 Palembang



Gambar 5. Bincang-Bincang Bersama Kepala Sekolah SMP Negeri 31 Palembang