



PENYULUHAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) TATANAN SEKOLAH DI SDN 01 LANGKAPURA

**Nova Muhani¹, Christin Angelina Febriani², Dhiny Easter Yanti³, Aulyya Rahmah⁴,
Echa Rafika⁵, Fadhilah Amanda Sari⁶, Ghina Gabrilla Yusuf⁷, Renna Oktavia Rudi⁸,
Yolandha Adinda Pratiwi⁹**

¹Kesehatan Masyarakat

²Universitas Malahayati Bandar Lampung

Email : ¹Ghinayusuf099@gmail.com

Naskah diterima: 05 Januari 2022, direvisi: 20 Februari 2022, disetujui: 27 Maret 2022

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mendukung upaya Pemerintah dalam Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Kegiatan ini dilakukan melalui kegiatan sosialisasi bagi siswa / siswi khususnya untuk meningkatkan kesadaran seberapa pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di lingkungan sekitar. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung pada Hari Rabu, 15 Desember 2021. Pada kegiatan ini peserta diberikan Pre Test untuk mengetahui pengetahuan awal peserta tentang PHBS. Pada akhir kegiatan dilakukan Post Test untuk mengetahui apakah ada peningkatan pengetahuan yang telah diberikan dibandingkan dengan pengetahuan awal. Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan angka pemahaman dan pengetahuan responden setelah diberikan Penyuluhan Kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Kata kunci : PHBS; Sekolah; Siswa

Abstract

This community service activity aims to support the Government's efforts in the Clean and Healthy Life Behavior Program (PHBS). This activity is carried out through outreach activities for students in particular to increase awareness of the importance of Clean and Healthy Living Behavior in the surrounding environment. This community service was carried out at SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung on Wednesday, December 15, 2021. In this activity participants were given a Pre Test to determine the participants' initial knowledge about PHBS. At the end of the activity, a Post Test was carried out to find out whether there was an increase in the knowledge that had been given compared to the initial knowledge. The results of this activity indicate that there is an increase in the number of respondents' understanding and knowledge after being given Health Counseling on Clean and Healthy Life Behavior (PHBS).

Keywords: PHBS; School; Students

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri secara mandiri dibidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. (Kemenkes RI, 2011). 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. (Annisa Khoiriah1, 2020)

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah, guru yang kurang memberikan contoh teladan atau memperagakan dan anak itu sendiri. Sekolah merupakan institusi pendidikan yang menjadi target PHBS, sehingga penerapan perilaku tersebut menjadi lebih baik. Hal ini disebabkan karena terdapatnya banyak data yang menampilkan bahwa sebagian besar penyakit yang sering diderita anak usia sekolah (usia 6-10) ternyata berkaitan dengan PHBS. (Lina, 2017). 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. (Taryatman et al., 2016)

Untuk terwujudnya PHBS ditatanan sekolah perlu untuk diupayakan terutama untuk meningkatkan kesadaran diri yaitu peserta didik, dengan di dukung adanya sarana dan prasarana. Peserta didik dapat dikatakan sasaran yang paling tepat dalam konteks perubahan perilaku, pengetahuan dan kebiasaan berperilaku hidup sehat. Peserta didik merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga bisa berpengaruh pada proses, perkembangan serta prestasi belajar peserta didik. (Pengetahuan *et al.*, 2021). Masalah kesehatan yang sering timbul pada usia anak sekolah yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis hingga gangguan dalam belajar dan juga masalah kesehatan umum.

Indikator penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah antara lain dengan mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan

mengukur tinggi badan, dan membuang sampah pada tempatnya. (Depkes RI, 2008).

Langkapura adalah sebuah kecamatan yang berada di Kota Bandar Lampung dengan jumlah penduduk 35.839 jiwa dan luas wilayah 6,12 km². Adapun rasio siswa dan guru SDN 01 Langkapura adalah 23,06, dimana jumlah guru sebanyak 31 orang dan jumlah siswa sebanyak 715 orang. Tujuan dilakukan penyuluhan tentang PHBS di tatanan sekolah untuk mengedukasi khususnya siswa SD Negeri 01

Langkapura agar dapat berperilaku hidup bersih dan sehat agar terhindar dari penyakit dan menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

METODE

Kegiatan Penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Sekolah ini dilaksanakan di SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung pada Hari Rabu, 15 Desember 2021 dengan rangkuman kegiatan seperti tabel di bawah ini :

Tabel 1. Jadwal Pelaksanaan

| No | Waktu | Uraian Kegiatan |
|----|---------------|--|
| 1 | 08.00 - 08.10 | Pembukaan oleh moderator |
| 2 | 08.10 - 08.20 | Pre Test terhadap siswa-siswi |
| 3 | 08.20 - 08.30 | Penyampaian materi tentang mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun dalam bentuk (Video) |
| 4 | 08.30 - 08.35 | Penyampaian materi tentang membuang sampah pada tempatnya oleh pemateri 1 dengan menggunakan (Poster) |
| 5 | 08.35 - 08.40 | Penyampaian materi tentang memberantas jentik nyamuk oleh pemateri 2 dengan menggunakan (Poster) |
| 6 | 08.40 - 08.45 | Penyampaian materi tentang mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah dalam bentuk (Video) |
| 7 | 08.45 - 09.00 | Istirahat dan pembagian jajanan sehat |
| 8 | 09.00 - 09.05 | Penyampaian materi tentang menggunakan jamban yang bersih dan sehat oleh pemateri 1 dengan menggunakan (Poster) |
| 9 | 09.05 - 09.15 | Penyampaian materi tentang tidak merorok di sekolah oleh pemateri 2 dan dosen pembimbing dengan menggunakan (Poster) |
| 10 | 09.15 - 09.20 | Penyampaian materi tentang menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan oleh |

| | | |
|----|---------------|---|
| | | pemateri 1 dan pemateri 2 dengan menggunakan (Poster) |
| 11 | 09.20 - 09.25 | Penyampaian materi tentang olahraga yang teratur dan teratur dalam bentuk (Video) |
| 12 | 09.25 - 09.35 | Sesi tanya dan jawab serta pemberian hadiah |
| 13 | 09.35 - 09.40 | Evaluasi |
| 14 | 09.40 - 09.47 | Post Test terhadap siswa-siswi |
| 15 | 09.47 - 09.55 | Penutupan oleh moderator |
| 16 | 09.55 - 10.00 | Wawancara yang dilakukan kepada Wakil Kepala Sekolah dan Guru |

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap persiapan

Pada tahap persiapan terdapat hal-hal penting dilakukan agar pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Sekolah secara luring dapat terlaksana dengan lancar dan aman serta selalu mengikuti protokol kesehatan yaitu sebagai berikut :

1. Mengkoordinasikan kegiatan penyuluhan dengan pihak mitra SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung yaitu Ibu Roliyati, S.Pd selaku Wakil Kepala Sekolah SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung dan juga Ibu Yuni Purbaningsih, S.Pd selaku Wali Kelas 6D, untuk mengumpulkan peserta penyuluhan yang berjumlah 13 siswa.
2. Mempersiapkan materi dan juga media penyuluhan berupa banner, poster, power point dan video.
3. Mempersiapkan perlengkapan lain berupa laptop, LCD, speaker,

doorprize, snack, dan tempat sampah organik dan anorganik.

4. Mempersiapkan materi evaluasi penilaian Pre Test dan Post Test.
5. Mempersiapkan beberapa pertanyaan yang ditujukan untuk guru dan kepala sekolah guna untuk kelengkapan dari kegiatan wawancara.
6. Menyusun daftar acara, absen peserta penyuluhan, moderator, dan pemateri serta pihak-pihak yang terlibat yaitu dosen pembimbing lapangan, mahasiswa, guru dan kepala sekolah.

Tahap Pelaksanaan

Pada kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Sekolah dilaksanakan pada hari Rabu, 15 Desember 2021 pada pukul 08.00-10.00 WIB yang diselenggarakan di SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung terdapat sasaran kegiatan ini adalah murid kelas 6 SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung. Peserta yang hadir sebanyak 13

siswa, dikarenakan jumlah siswa yang terbatas dalam rangka mengikuti aturan Pemerintah untuk mengurangi kerumunan. Ruang pertemuan telah dikondisikan berjarak dan peserta diwajibkan untuk selalu memakai masker. Peserta kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Sekolah diharapkan dapat memahami materi yang disampaikan dan dapat menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam lingkungan sekolah dan kehidupan sehari-hari dan juga agar dapat mewujudkan sekolah yang sehat.

Kegiatan penyuluhan ini disampaikan menggunakan media seperti Power Point (PPT), poster,

banner, dan beberapa video. Pemateri menjelaskan melalui proyektor LCD yang dipantulkan ke dinding ruangan disertai dengan menutup pintu ruangan agar cahaya tidak bias dan siswa dapat fokus. Kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Sekolah diawali dengan pembukaan yang disampaikan oleh Echa Rafika. Kemudian dilanjutkan dengan pemberian Pre Test yang dibagikan oleh Yolandha Adinda Pratiwi kepada seluruh peserta, sebelum diberikan materi penyuluhan. Penilaian Pre Test untuk mengetahui pengetahuan awal tentang PHBS. Pre Test berisi pengetahuan dasar tentang apa itu PHBS, macam-macam PHBS serta bagaimana kita menjaga PHBS



Gambar 1. Siswa-siswi kelas 6D sedang mengerjakan Pre Test



Gambar 2. Penyampaian materi

Kegiatan penyuluhan dilakukan oleh Aulyya Rahmah sebagai pemateri 1 yang menyampaikan materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Sekolah yaitu beberapa indikator PHBS di Tatanan Sekolah seperti Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), jamban sehat, buang sampah pada tempatnya, dan timbang berat badan dan ukur tinggi

badan. Selanjutnya pemateri 2 oleh Ghina Gabriella Yusuf menyampaikan materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Tatanan Sekolah yaitu beberapa indikator PHBS di Tatanan Sekolah seperti bahaya merokok, memberantas jentik nyamuk dan olahraga teratur dan terukur.



Gambar 3. Penyampaian materi oleh kedua pemateri

Selanjutnya kedua pemateri menjelaskan tentang PHBS yaitu mengonsumsi jajanan sehat dalam bentuk video yang disertai dengan

pembagian contoh jajanan sehat kepada seluruh peserta yaitu berupa susu dan roti.



Gambar 4. Seluruh peserta mempraktikkan kegiatan Olahraga teratur dan terukur

Selanjutnya kedua pemateri mengajak seluruh peserta dan juga beserta guru untuk mempraktikkan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yaitu Olahraga yang teratur dan terukur.



Gambar 5. Seluruh peserta menyimak pada saat penyampaian materi

Selama pelaksanaan kegiatan penyuluhan, seluruh siswa dalam

ruangan menyimak materi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

(PHBS) di Tatanan Sekolah yang disampaikan oleh kedua pemateri dengan baik.



Gambar 6. Penyerahan doorprize

Setelah sesi penjelasan materi dari pemateri selesai, dilanjutkan dengan evaluasi yang disampaikan oleh Fadhilah Amanda Sari yaitu tanya jawab peserta yang disertai dengan pemberian hadiah bagi siswa yang berhasil menjawab pertanyaan dan

selesai. Pada akhir kegiatan dilakukan Post Test kembali oleh Yolanda Adinda Pratiwi untuk mengetahui adanya peningkatan pengetahuan yang telah diberikan dibandingkan dengan pengetahuan awal atau Pre Test.



Gambar 7. Siswa-siswi kelas 6D sedang mengerjakan Post Test



Gambar 8. Wawancara kepada sasaran sekunder dan tersier

Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan wawancara kepada sasaran sekunder yaitu guru dan sasaran tersier yaitu kepala sekolah

dalam hal ini kepala sekolah sedang ada keperluan lalu diwakilkan oleh wakil kepala sekolah.



(1)



(2)



(3)

Gambar 9. Dokumentasi (1) Penyerahan tempat sampah organik & anorganik, (2) Penyerahan banner dan poster, (3) Foto bersama wali kelas

Hasil Pre Test dan Post Test peserta penyuluhan siswa-siswi di SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung, menunjukkan angka peningkatan sebesar 100%. Hasil hitung rerata nilai Pre Test responden mencapai angka 90. Setelah

dilakukan penyuluhan, rerata nilai Post Test responden mengalami peningkatan menjadi 100. Rasio peningkatan nilai pengetahuan tentang PHBS di Tatanan Sekolah pada siswa-siswi di SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung 100%.

| No | Nama | Pre Test | Post Test |
|----|--------------------------|----------|-----------|
| 1 | Vanda Regina Putri Lubis | 80 | 90 |
| 2 | Thalita Salsabila | 90 | 90 |
| 3 | Azzam Ahmad Akasya | 100 | 100 |
| 4 | Arlyn Pramana | 100 | 100 |
| 5 | Aqeila Putri Ramadhani | 100 | 100 |
| 6 | Arietha Moza Sandrika | 100 | 100 |
| 7 | Sulton Firja Tullah | 100 | 100 |
| 8 | Syaluna Firdi Annasya | 90 | 90 |
| 9 | Achmad Nizam | 90 | 100 |
| 10 | Aura Aulia Fitri | 100 | 100 |
| 11 | Talita Faras Anindiya | 90 | 100 |
| 12 | Rianda Adinata | 100 | 100 |
| 13 | Annisa Rona Ibrahim | 100 | 100 |

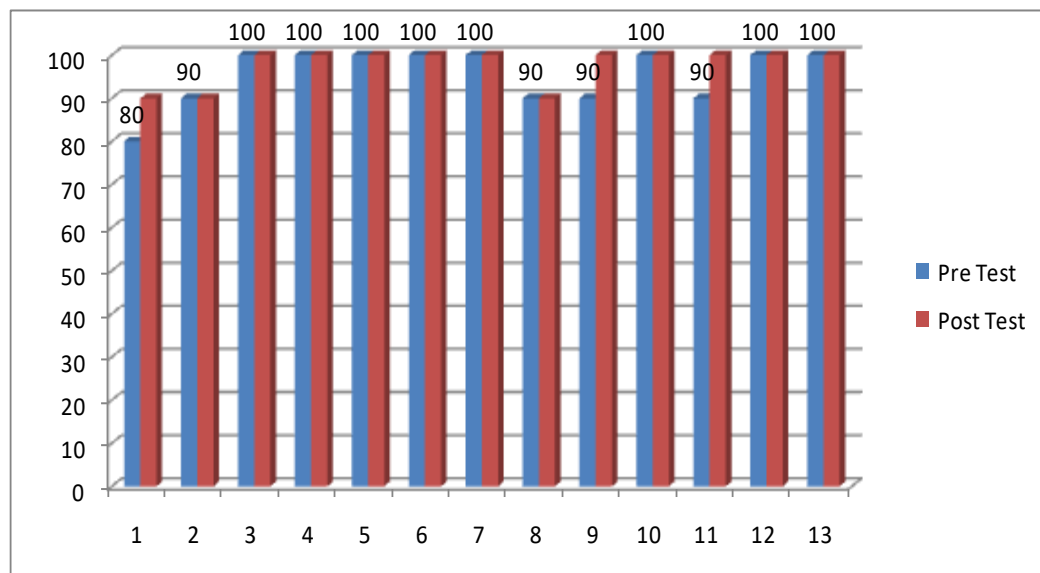


Diagram Hasil Pre Test dan Post Test

Berdasarkan grafik hasil Pre Test dan Post Test di atas, dapat ditunjukkan bahwa ada peningkatan

angka pemahaman dan pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang PHBS

di Tatanan Sekolah. Selain ditunjukkan dalam grafik di atas, kegiatan ini berdampak positif bagi siswa-siswi di SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung. Sebelum mengikuti kegiatan ini, siswa-siswi banyak yang belum mengetahui apa itu PHBS, apa saja indikator PHBS yang ada didalamnya, dan perbedaan dari indikator-indikator PHBS tersebut. Setelah mengikuti kegiatan ini, siswa-siswi tersebut menjadi lebih paham. Hal itu dibuktikan dengan adanya tanya jawab yang diberikan oleh penyuluh dan siswa-siswi tersebut dapat menjawabnya dengan benar dan juga aktif.

Setelah dilakukan penyuluhan PHBS di Tatanan Sekolah ini, siswa-siswi di SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung menjadi lebih tahu dan paham. Bahwa PHBS sangat penting dilakukan, supaya di sekolahannya juga tetap terjaga akan kebersihannya dan penting juga dalam kesehatan agar terhindar dari berbagai macam penyakit.

KESIMPULAN

Berdasarkan paparan kegiatan penyuluhan kepada siswa kelas 6 SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung diatas, dapat disimpulkan bahwa yang didapat dari kegiatan ini ada peningkatan angka pemahaman dan pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hasil hitung merata

nilai Pre Test responden mencapai angka 90%. Setelah dilakukan penyuluhan, rerata nilai Post Test responden mengalami peningkatan menjadi 100%. Rasio peningkatan nilai pengetahuan PHBS pada siswa kelas 6 SD Negeri 1 Langkapura Bandar Lampung 100%. Dari hasil ini diharapkan para siswa semakin peduli terhadap kebersihan diri dan lingkungan serta mampu lebih peka dan tanggap jika di sekitarnya terdapat gejala-gejala gangguan kesehatan akibat PHBS yang tidak terjaga.

DAFTAR PUSTAKA

- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.35568/abdima.s.v1i2.327>
- Sanjaya, R., Fara, Y. D., & Sagita, Y. D. (2019). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringsewu*, 1(1), 55–60. <https://puskesmasbatuputihberau.wordpress.com/promkes/info-kesehatan/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-di-sekolah/>
- Aswadi, Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati. (2017). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada



- Siswa Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-Sihah : Public Health Science Journal*, 9(2), 187–196.
- Bur, N., & Septiyanti, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 47–52.
<https://doi.org/10.37541/celebesabdimas.v2i1.301>
- Pringsewu, P. G. (2019). 20 / *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati Vol. 2 No. 2, November 2019*. 2(2), 20–25.
- Gustina, E., Abdussalam, F., & Saputra, W. (2019). Peningkatan Perilaku Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar Melalui Phbs Di Desa Gondanglegi Dan Pucangan, Kecamatan Ambal, Kabupaten Kebumen. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 59.
<https://doi.org/10.12928/jp.v2i1.470>
- Annisa Khoiriah1, L. (2020). *DIII Kebidanan, STIK Siti Khadijah Palembang*. 2(1), 1–8.
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JPMK/>
- Pengetahuan, T., Didik, P., Negeri, S. M. P., & Selatan, M. (2021). Pengaruh Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Terhadap Pengetahuan Peserta Didik Smp Negeri 1 Tompasobaru Minahasa Selatan. *Kesmas*, 10(3), 118–122.
- Lina, H. P. (2017). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Di Sdn 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal PROMKES*, 4(1), 92.
<https://doi.org/10.20473/jpk.v4.i1.2016.92-103>
- Kemenkes RI. (2011). Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta.
- Depkes RI. (2008). Profil Kesehatan 2008. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Taryatman, Studi, P., Guru, P., Dasar, S., & Tamansiswa, U. S. (2016). UNTUK MEMBANGUN GENERSI MUDA YANG BERKARAKTER Taryatman. *Taryatman*, 3(1), 6.
<https://media.neliti.com/media/publications/259042-budaya-hidup-bersih-dan-sehat-di-sekolah-e30972f8.pdf>