Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa

Nurfardiansyah Bur¹, Septiyanti²

¹ Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email: nurfardiansyah.bur@umi.ac.id

² Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Artikel info

Article history:

Received: Januari-2020

Revised: Februari-2020

Accepted: Maret-2020

Publish: April-2020

Abstract. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga yang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. Kesehatan merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM), termasuk pendidikan. Pendidikan formal di Indonesia diawali pada jenjang Sekolah Dasar (SD) yang memfokuskan pendidikan pada anak-anak usia 6- 12 tahun. Usia tersebut berada pada tahap di mana anak rentan terserang penyakit. Mengingat pentingnya kesehatan dalam pembangunan SDM, karakteristik anak usia SD, dan besarnya peranan perilaku terhadap tingkat kesehatan, maka penggalakkan pola hidup sehat pada tatanan siswa SD sangat diperlukan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan pendekatan kaji tindak. Dalam kegiatan ini akan diterapkan beberapa metode yang sesuai untuk mencapai tujuan, yakni meningkatkan kepedulian guru dan siswa menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), metode tersebut terdiri dari : penyuluhan, pendampingan, praktek mandiri mengenai PHBS, serta pengadaan fasilitas sederhana. Hasil yang dicapai pada kegiatan ini adalah (1) meningkatkan pengetahuan guru dan siswa SD Katangka Gowa mengenai PHBS; (2) Tersedianya wastafel untuk cuci tangan dengan air mengalir dan sabun' (3) Tersedianya tempat sampah pilah

Keywords:

Peilaku;

Hidup;

Bersih;

Sehar;

Sekolah.

Corresponden author:

Nurfardiansyah Bur

Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia, Indonesia

Email: nurfardiansyah.bur@umi.ac.id

artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY -4.0

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga yang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terbagi atas berbagai tatanan, yaitu Tatanan Rumah Tangga, Institusi Pendidikan (Sekolah), Institusi Kesehatan, Tempat Kerja maupun Tempat-tempat Umum (Pusat Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia, 2014)

Pendidikan kesehatan diartikan sebagai upaya yang diberikan berupa bimbingan atau tuntunan kepada peserta didik tentang kesehatan yang meliputi seluruh aspek kesehatan pribadi (fisik, mental, dan sosial) agar kepribadiannya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Pendidikan kesehatan meliputi pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat). Kaitannya dengan pendidikan kesehatan, sekolah sehat harus memberikan bantuan kepada siswanya untuk memperoleh pengetahuan, sikap, dan tindakan PHBS, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler (Kemendikbud, 2012).

Pelayanan kesehatan mencakup kegiatan promotif, preventif, serta kuratif dan rehabilitatif. Kegiatan promotif merupakan kegiatan peningkatan derajat kesehatan yang dapat dilakukan dengan kaderisasi dokter kecil, pembinaan kantin sekolah sehat, dan pembinaan keteladanan berperilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan preventif meliputi upaya pencegahan terhadap penyakit seperti pemeriksaan berkala kesehatan tiap enam bulan, imunisasi, penjangkauan kesehatan bagi siswa baru, melakukan pemberantasan bibit penyakit, serta melakukan konseling terhadap siswa dengan bantuan pihak yang dianggap mampu. Kegiatan kuratif dan rehabilitatif dilakukan melalui diagnosa dini, pengobatan ringan, pertolongan pertama, serta rujukan medis untuk mencegah terjadinya komplikasi dan kecacatan. Pembinaan lingkungan sekolah sehat memungkinkan siswa dapat mencapai derajat kesehatan yang setinggi-tingginya untuk mencapai proses belajar yang maksimal (Hotmaida, L., Fuadah, F., Buluaro, K., & Febriani, 2018).

Sekolah sehat harus memiliki lingkungan yang mendukung pembelajaran. Program ini menekankan pada aspek lingkungan yang meliputi lingkungan fisik dan non fisik (Kemendikbud, 2012). 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. (Adriansyah, A. A., & Firdausi, 2018)

Pendidikan formal di Indonesia diawali pada jenjang Sekolah Dasar (SD) yang memfokuskan pendidikan pada anak-anak usia 6- 12 tahun (Prastianingsih Y, 2010). Usia tersebut berada pada tahap di mana anak rentan terserang penyakit. Menurut Rosso dan Rina Arlianti (2009), banyak penyakit yang diderita anak-anak pada masa awal pertumbuhannya (0-5 tahun) dapat muncul kembali pada masa sekolah, terutama di awalawal sekolah (6-8 Tahun). Rendahnya tingkat Hubungan antara Pengetahuan kesehatan anak tentu saja dapat mengganggu anak dalam melakukan tugas perkembangannya. Berdasarkan pendapat dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 1992), faktor yang mempengaruhi kesehatan meliputi benda hidup, benda mati, peristiwa alam, faktor lingkungan buatan manusia, keturunan, dan perilaku. Hal serupa juga disampaikan oleh Hendrick L. Blum (Notoatmodjo, 2007), faktor yang mempengaruhi kesehatan meliputi lingkungan, perilaku, pelayanan kesehatan, dan hereditas. Keduanya menyatakan bahwa faktor perilaku yang dalam hal ini berupa tindakan memiliki pengaruh terbesar setelah faktor lingkungan terhadap derajat kesehatan setiap individu. Berdasarkan laporan (Riskesdas 2018, sebanyak 95, 7% anak sudah melaksanakan sikat gigi, namun hanya 1, 7% saja yang telah melakukannya dengan benar. Selain itu, perilaku konsumsi tembakau aktif setiap hari pada anak mencapai 0, 5% dan 0, 9% lainnya merokok dengan intensitas kadang-kadang. Data lainnya

adalah data mengenai PHBS penduduk secara umum, di mana di dalamnya terdapat penduduk usia anak-anak. Sebanyak 82, 6% penduduk telah melakukan BAB dengan benar, yaitu di jamban. Hanya 47% penduduk Indonesia yang telah dapat melakukan cuci tangan menggunakan sabun dengan benar. Sebanyak 26, 1% penduduk di Indonesia masuk dalam kategori kurang aktif dalam beraktivitas. Perilaku konsumsi penduduk di Indonesia terhadap penyedap mencapai 77, 3% (Ony L, 2010). Mengingat pentingnya kesehatan dalam pembangunan SDM, karakteristik anak usia SD, dan besarnya peranan perilaku terhadap tingkat kesehatan, maka penggalakkan pola hidup sehat pada tatanan siswa SD sangat diperlukan.

Pola hidup sehat mengarah pada gambaran perilaku sehat individu yang berupa tindakan yang mencerminkan usaha pemerolehan derajat kesehatan yang optimal, baik berupa usaha meningkatkan ataupun mempertahankan (Rosso, 2019). WHO (1992) menyebutkan bahwa perilaku dalam bentuk tindakan individu dipengaruhi oleh banyak faktor seperti pikiran dan perasaan, orang yang berarti (panutan), sumber daya, dan budaya. Selain itu, Green menyebutkan bahwa perilaku terbentuk atas 3 faktor utama yaitu faktor predisposisi, faktor pemungkin, dan faktor penguat; di mana faktor predisposisi meliputi pengetahuan dan sikap masyarakat (Notoatmodjo, 2007). Berdasarkan pendapat kedua ahli tersebut diketahui bahwa pengetahuan memiliki kontribusi dalam tindakan setiap individu, termasuk anak usia SD (Rita Eka Izzaty, 2008).

SD Inpres Katangka Gowa terletak di Jalan Pallantikang III No. 73 Katangka, Kec. Somba Opu, Gowa. Sekolah ini memiliki 14 tenaga pengajar dengan total siswa 157 orang. SD Inpres Katangka Gowa adalah sebuah sekolah negeri yang kecil tapi tidak memiliki banyak support dana dari Pemerintah Daerah setempat. Kondisi masyarakat sekitarnya pun tergolong golongan ekonomi menengah kebawah. Minimnya sarana seperti kesehatan membuat para siswa dan guru tidak menerapkan pola dan kebiasaan hidup bersih dan sehat.

Masalah yang dihadapi adalah kurangnya pengetahuan siswa dan siswi SD Inpres Katangka Gowa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, kurangnya praktek perilaku cuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun di kehidupan sehari-hari siswa dan siswi SD Inpres Katangka Gowa, tidak adanya kebiasaan membuang sampah pada tempatnya oleh siswa dan siswi SD Inpres Katangka Gowa.

Metode

Penyelesaian program prioritas permasalahan dilakukan beberapa langkah. Untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa dan siswi maka diadakan pre-test dan post-test mengenai PHBS diwakili oleh siswa kelas 4- 6 yang dianggap sudah cukup mampu menjawab pertanyaan. Setelah itu, dilakukan penyuluhan bergambar dan menyediakan poster untuk dipajang di lingkungan SD Inpres Katangka Gowa. Permasalahan teknis yang terkait dengan pembuatan wastafel dan tempat sampah akan dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat.

Tahap persiapan dimulai dengan kegiatan tim penyuluh melakukan survey awal sekolah yang dianggap kurang mempraktikkan pola hidup bersih dan sehat. Tim melakukan kunjungan ke dinas pendidikan setempat dan memperoleh data mengenai SD yang ada di Kabupaten Gowa. Setelah survey ke beberapa sekolah, diputuskan untuk melakukan kegiatan penyuluhan ini di SD Inpres Katangka Gowa. Meskipun berstatus negeri, sekolah ini kurang mendapatkan perhatian pemerintah setempat karena lokasinya yang agak jauh dari pusat kota. Kondisi fisik sekolah ini juga cukup memprihatinkan. Padahal, jumlah siswa sekolah ini tergolong banyak karena dilingkungan sekitar sekolah ini, tidak ada sekolah lain, baik sekolah negeri maupun swasta. Kondisi masyarakat sekitar sekolah ini juga adalah kelompok masyarakat menengah kebawah. Tim penyuluh melakukan pengenalan awal dengan kepala sekolah serta guru-guru dan sosialisasi kegiatan apa yang akan dilaksanakan.

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan langkah-langkah operasional yang diperlukan untuk mengatasi permasalahan antara lain menyediakan pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan, menyediakan poster disertai dengan pesan pentingnya PHBS disekolah, menyediakan sumber air bersih yang dapat digunakan untuk mencuci tangan, menyediakan wastafel dari galon bekas dan sabun cair untuk praktik cuci tangan, menyediakan tempat sampah

pilah berwarna berwarna hijau untuk sampah basah (organik), kuning untuk sampah kering (non-organik), merah untuk sampah berbahaya (B3)

Metode pendekatan yang ditawarkan untuk menyelesaikan persoalan mitra yaitu pada kegiatan pengabdian masyarakat ini Tim kegiatan akan terjun langsung kelapangan bekerja sama dengan SD Inpres Katangka Gowa, adapun tahap pelaksanaannya adalah penyuluhan pentingnya PHBS di sekolah bagi seluruh siswa, siswi, guru, dan staf sekolah. Tim pengabdian akan menjelaskan dihadapan siswa, siswi, guru, dan staf sekolah mengenai indikator PHBS di sekolah. Penyuluhan juga menggunakan media elektronik, yaitu presentasi melalui power point, serta memperagakan langsung beberapa indikator yang memerlukan praktik. Penyuluhan juga akan dibuat dua arah dimana peserta boleh mengajukan pertanyaan setelah pemaparan materi. Materi yang akan disampaikan meliputi indikator 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, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan, serta membuang sampah pada tempatnya. Kegiatan selanjutnya adalah pengadaan wastafel dari galon plastik dan praktik cuci tangan dengan benar. Tim pengabdian akan memberikan contoh dan kemudian diikuti oleh seluruh siswa, siswi, guru, dan staf sekolah. Kemudian dilakukan pengadaan tempat sampah pilah. Tim pengabdian akan memberikan contoh cara menggunakan sampah pilah

Hasil Dan Pembahasan

SD Inpres Katangka Gowa terletak di Jalan Pallantikang III No. 73 Katangka, Kec. Somba Opu, Gowa. Sekolah ini memiliki 14 tenaga pengajar dengan total siswa 157 orang. SD Inpres Katangka Gowa adalah sebuah sekolah negeri yang kecil tapi tidak memiliki banyak support dana dari Pemerintah Daerah setempat. Sasaran kegiatan ini adalah siswa dan siswi SD Inpres Katangka Gowa, beserta guru- gurunya. Sekolah ini memiliki 14 tenaga pengajar dengan total siswa 157 orang. Siswa- siswi sekolah ini umumnya berasal dari penduduk disekitar sekolah yang mayoritas golongan masyarakat ekonomi menengah kebawah. Total peserta kegiatan adalah 107 orang.

Kegiatan diawali dengan pengenalan tim pengabdian kepada pihak sekolah, yaitu Kepala Sekolah SD Inpres Katangka Kab. Gowa, Ibu Hj. Nadirah, S.PD beserta guru- gurunya. Setelah itu langsung dilanjutkan dengan penyuluhan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di kelas- kelas. Sebelum kegiatan dimulai, tim membagikan daftar pertanyaan mengenai PHBS kepada peserta untuk mengetahui pengetahuan dasar peserta mengenai PHBS. Setelah materi dibawakan, dilanjutkan pula dengan sesi tanya jawab kepada peserta penyuluhan. Diakhir sesi, tim membagikan kembali lembar soal untuk mengetahui pengetahuan peserta setelah mengikuti penyuluhan PHBS. Hasilnya ternyata kemampuan peserta sebagian besar meningkat. Hal ini sesuai dengan penelitian Wijayanti, dkk (2016) memperlihatkan bahwa ada peningkatan pengetahuan siswa SMP Al- Azhar setelah dilakukan penyuluhan PHBS.

Setelah sesi penyuluhan, kegiatan dilanjutkan dengan penyerahan wastafel dari 3 buah galon dilengkapi sabun cuci tangan cair kepada pihak sekolah. 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 SD Inpres Katangka Gowa dapat mencuci tangannya sebelum dan sesudah makan agar terhindar dari penyakit. Siswa dan siswi juga belajar tentang personal hygiene yang penting bagi kesehatan. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan oleh Ashari (2020) yang menyatakan tidak ada perbedaan pengetahuan, sikap, dan praktik cuci tangan yang bermakna sebelum dan sesudah intervensi praktik cuci tangan dengan metode senam Cuci Tangan Pakai Sabun.

Selain itu, tim juga menyerahkan 2 set tempat sampah pilah yang masing- masing terdiri atas tempat sampah basah (organik) ditandai dengan tempat sampah berwarna hijau, tempat sampah kering (non-organik) ditandai dengan tempat sampah berwarna kuning, dan tempat sampah berbahaya (B3) ditandai dengan tempat sampah berwarna merah. Tim bersama guru-guru memasang tempat sampah tersebut di tempat strategis dan menjelaskan fungsi masing-

masing sampah pilah tersebut. Dengan adanya sampah pilah ini, siswa dan siswi akan membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, siswa dan siswi ini juga belajar menjaga lingkungan dari polusi dan pencemaran. Hal ini penting untuk kelestarian alam sekitar kita. Hal ini sejalan dengan penelitian Yulida dkk (2016) yang menyatakan ketersediaan sarana tempat sampah meningkatkan perilaku masyarakat sebanyak 5,87 % untuk membuang sampah sesuai tempatnya.

Tabel 1 Rincian Kegiatan

No	Capaian	Persentase
1	1. Persiapan pengabdian (persuratan) a. 1-3 Februari 2018 Mempersiapkan persuratan b. 5-10 Februari 2018 Melakukan survai awal kelokasi penelitian c. 12-15 Februari 2018 Mendiskusikan tehnik pendekatan terhadap pihak sekolah agar lebih mudah melakukan penyuluhan kepada siswa-siswi Pesantren d. Pengurusan Persuratan	20
2	Melakukan pengamatan awal di lokasi pengabdian, sekaligus melakukan sosialisasi dan berinteraksi dengan guru serta siswa-siswi SD Inpres Katangka Gowa serta menyampaikan surat izin kegiatan	40
3	Persiapan materi penyuluhan PHBS	40
4	Persiapan penyediaan wastafel galon	40
5	Persiapan penyediaan tempat sampah pilah	40
6	Pelaksanaan penyuluhan PHBS	70
7	Penyerahan wastafel gallon	80
8	Penyerahan tempat sampah pilah	80
9	Penyusunan laporan kemajuan dan draft makalah untuk seminar	85

Tabel 2. Evaluasi Kegiatan

No	Kegiatan yang dilaksanakan	Persentase
1	Penyuluhan PHBS	100
2	Pengadaan wastafel gallon	100
3	Pengadaan tempat sampah pilah	100

Gambar 1: Pengadaan wastafel galon dan tempat sampah pilah

Simpulan Dan Saran

Penyuluhan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dapat meningkatkan pengetahuan tentang cara hidup yang sehat di lingkungan sekolah sehingga siswa dan siswi terhindar dari penyakit. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan siswa dan siswi ini dilakukan dengan metode ceramah dan demonstrasi. Dengan tersedianya wastafel galon, siswa- siswi SD Inpres Katangka Gowa dapat mencuci tangannya sebelum dan sesudah makan agar terhindar dari penyakit. Siswa dan siswi juga belajar tentang personal hygiene yang penting bagi kesehatan. Dengan adanya sampah pilah, siswa dan siswi akan membuang sampah pada tempatnya. Selain itu, siswa dan siswi ini juga belajar menjaga lingkungan dari polusi dan pencemaran. Hal ini penting untuk kelestarian alam sekitar kita. 1. Perlu dilakukan peninjauan kembali kelokasi pengabdian guna melihat apakah wastafel dan tempat sampah pilah tersebut benar-benar dirawat dan dimanfaatkan oleh penghuni Pondok Pesantren.

Daftar Rujukan

- Adriansyah, A. A., & Firdausi, N. J. (2018). Implementasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini Di Sekolah Dasar Negeri (Sdn) Lengkong 1, Desa Lengkong, Kecamatan Mojoanyar Kabupaten Mojokerto. *Community Development Journal*, 1(2).
- Ashari, Agus Erwin, Abdul Ganing, Zrimurti Mappau. (2020). Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktik Cuci Tangan Pakai Sabun pada Anak Kelas V Sekolah dasar Melalui Senam Cuci Tangan Pakai Sabun. *Jurnal Ilmiah STIKES Kendal* 10(1).
- Hotmaida, L., Fuadah, F., Buluaro, K., & Febriani, M. (2018). Sosialisasi dan Pemberian Sarana Penunjang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Sukawening Kecamatan Ciwidey Kabupaten Bandung. *Jurnal Abdimas BSI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(2).
- Ony L. (2010). *Praktik perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada peserta Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) di Kecamatan Koja, Jakarta Utara*. Universitas Muhammadiyah.
- Prastianingsih Y. (2010). *Perbedaan tingkat perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di Sekolah Dasar dan Sekolah Dasar Swasta di Kecamatan Kenjeran*. Universitas Muhammadiyah.
- Pusat Promosi Kesehatan Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Promosi Kesehatan Di Sekolah*. Jakarta: Depkes RI.
- Riskesdas. (2013). *Potret Sehat Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Rita Eka Izzaty, D. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. UNY Press.
- Rosso, J. dan Rina Arlianti. (2019). *Investasi Kesehatan dan Gizi Sekolah di Indonesia*.
- WHO. (1992). *Pendidikan Kesehatan: Pedoman Pelayanan Kesehatan Dasar*.
- Wijayanti, RA. Novita Nuraini, dan Atma Deharja. (2016). Efektifitas Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa di SMP Islam Mahfilud Duror Jelbuk. *Jurnal Ilmiah INOVASI*, 1(3).
- Yulida, N, Sarto Sarto, dan Agus Suwarni. Perilaku Masyarakat dalam Membuang Sampah di Aliran Sungai Batang Bakarek – karek Kota Padang Panjang Sumatera Barat. *Jurnal Berita Kedokteran Masyarakat* 32 (10).