

## PENYULUHAN TENTANG PENINGKATAN KUALITAS KESEHATAN DAN PHBS DI SEKOLAH SDN 100206 DESA PINTU PADANG TAHUN 2024

**Sarli Saragih<sup>1</sup>, Lola Pebrianthy<sup>2</sup>, Atika Suarni<sup>3</sup>, Murni Ariani Harefa<sup>4</sup>**

<sup>1,4</sup>Dosen Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Kebidanan Program Profesi, Fakultas Kesehatan

<sup>3</sup> Mahasiswa Program Studi Farmasi Program Sarjana, Fakultas Kesehatan

Universitas Aufa Royhan di Kota Padangsidimpuan

([saragihsarli00@gmail.com](mailto:saragihsarli00@gmail.com), 08126598984)

### ABSTRAK

Kesehatan dan kebersihan merupakan aspek yang penting dalam menjaga kualitas hidup Masyarakat. Pada era sekarang penting bagi kita untuk memiliki pemahaman yang kuat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Gaya hidup yang menjunjung tinggi perilaku hidup bersih dan sehat memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap kualitas hidup individu, keluarga dan Masyarakat. Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, mapun kemampuan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, kemudian untuk meningkatkan peran serta aktif masyarakat termasuk dunia usaha dalam upaya mewujudkan derajatkesehatan yang optimal. Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan pengetahuan kepada siswa/siswi di SDN 100206 Desa Pintu Padang guna meningkatkan kesehatan anak-anak melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Berdasarkan paparan kegiatan penyuluhan kepada siswa kelas 5 di SDN 100206 Desa Pintu Padang, dapat disimpulkan bahwa yang didapat dari kegiatan ini ada peningkatan angka pemahaman dan pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan tentang peningkatan kualitas kesehatan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

**Kata kunci :** PHBS , penyuluhan , siswa.

### ABSTRACT

*Health and cleanliness are important aspects in maintaining people's quality of life. In this era, it is important for us to have a strong understanding of clean and healthy living behavior. A lifestyle that upholds clean and healthy living behavior has a significant impact on the quality of life of individuals, families and society. The aim of PHBS is an effort to increase the knowledge, awareness, will and ability of the community to live a clean and healthy life, then to increase the active participation of the community, including the business world, in an effort to realize optimal levels of health. This activity was carried out to provide knowledge to students at SDN 100206 Pintu Padang Village in order to improve children's health through clean and healthy living behavior. Based on the presentation of counseling activities to grade 5 students at SDN 100206 Pintu Padang Village, it can be concluded that what was obtained from this activity was an increase in the level of understanding and knowledge of respondents after being given counseling about improving the quality of health and Clean and Healthy Living Behavior (PHBS).*

**Keywords:** PHBS, counseling, students.

## 1. PENDAHULUAN

Kesehatan dan kebersihan merupakan aspek yang penting dalam menjaga kualitas hidup Masyarakat. Pada era sekarang penting bagi kita untuk memiliki pemahaman yang kuat mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Gaya hidup yang menjunjung tinggi perilaku hidup bersih dan sehat memiliki dampak yang cukup signifikan terhadap kualitas hidup individu, keluarga dan Masyarakat. Oleh karena itu, penting bagi para siswa sekolah dasar untuk mengetahui pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Pentingnya sosialisasi pada siswa sekolah dasar karena sekolah dasar adalah tahapan awal dalam Pendidikan formal. Memberikan Pendidikan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada tahap ini akan membentuk dasar yang kokoh bagi siswa dalam menjaga Kesehatan dan kebersihan sepanjang hidup mereka (Mayasari, 2020).

Menurut Kemenkes RI Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang diperlakukan 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.

Perilaku hidup bersih sehat di sekolah merupakan upaya yang dilakukan bertujuan

untuk meningkatkan kemampuan untuk hidup bersih dan sehat.

Menurut Departemen Kesehatan (2007) ada beberapa indikator Perilaku bersih dan sehat di sekolah yakni Mencuci tangan di air mengalir dan menggunakan sabun, Perilaku mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, Perilaku menggunakan jamban /WC yang bersih dan sehat, Melakukan olahraga teratur dan terukur, Melakukan pemberantasan jentik nyamuk, Tidak merokok di sekolah, Melakukan penimbangan badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, Membuang sampah di tempatnya (Fitriani, 2018)

Indikator perilaku hidup bersih dan sehat harus diterapkan disekolah dan merupakan tanggungjawab dari pihak sekolah. Sekolah merupakan institusi pendidikan yang menciptakan generasi emas sebaiknya menerapkan perilaku hidup bersih sehat di lingkungan sekolah untuk meningkatkan derajat kesehatan serta juga mampu mencegah dari masalah kesehatan, utamanya penyakit menular.

Menurut data Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (2017) terdapat 31,85% Sekolah Dasar tidak tersedia air, 12,19% sekolah dasar tidak memiliki jamban, tingkat sekolah dasar juga rendah terhadap akses cuci tangan. Kondisi ini tentu mengkhawatirkan dalam pembiasaan perilaku bersih dan sehat. Selain itu, kurangnya sumber air di sekolah dapat menjadi masalah karena anak tidak dapat

mencuci tangan dengan sabun (Lase, 2019). Kurangnya kesadaran dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menyebabkan lingkungan sekolah yang buruk.

Menurut laporan Riskesdas (2013) data yang diperoleh bahwa terdapat 83% perilaku cuci tangan anak tidak benar, perilaku mengkonsumsi makanan berbahaya memberikan dampak buruk terhadap tubuh, yaitu berupa mengkonsumsi makanan atau minuman , antara lain rasa manisnya mencapai 53,1%, lemak mencapai 40,7%, penyedap mencapai 77,3%, serta terdapat 32% anak yang tidak buang air besar di jamban (Lase, 2019).

Berdasarkan permasalahan diatas, penelitian yang terkait dengan perilaku hidup bersih sehat pada siswa sekolah dasar dan berdasarkan studi literatur yang dilakukan, masih banyak siswa sekolah dasar yang tidak menerapkan perilaku hidup bersih sehat di sekolah sehingga berdasarkan paparan di atas perlu dilakukan penelitian yang terkait dengan perilaku hidup bersih sehat pada siswa sekolah dasar. Tujuan pengabdian ini untuk mengetahui Bagaimana perilaku hidup bersih sehat siswa sekolah dasar atau kebiasaan siswa sekolah dasar yang biasa dilakukan di lingkungan sekolah.

Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, mapun kemampuan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat,

kemudian untuk meningkatkan peran serta aktif masyarakat termasuk dunia usaha dalam upaya mewujudkan derajatkesehatan yang optimal. (Annisa Khoiriah1,2020)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah (PHBS) merupakan upaya peningkatan kesadaran siswa untuk mencegah penyakit, menciptakan lingkungan sehat bebas penyakit, dan meningkatkan kualitas kesehatan jasmani. Sekolah merupakan salah satu tempat pendidikan strategis yang menyampaikan pentingnya pengetahuan untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. PHBS di sekolah meliputi cuci tangan pakai sabun, makan makanan dan minuman sehat (jajanan sehat), membuang sampah pada tempatnya, berhenti merokok, membunuh jentik nyamuk, berolahraga teratur, dan pengukuran berat badan dan tinggi badan setiap anak. Selain itu, anak usia sekolah, khususnya siswa sekolah dasar (8-14 tahun), merupakan usia yang tepat untuk diajarkan skor PHBS, karena mereka berpotensi meningkatkan kesehatan lingkungan sekitar dan membentuk kebiasaan PHBS yang positif. Kegiatan berakar pada lingkungan (Mayasari et al., 2023).

## 2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilaksanakan untuk memberikan pengetahuan kepada siswa/siswi di SDN 100206 Desa Pintu Padang guna meningkatkan kesehatan anak-anak melalui Perilaku Hidup Bersih dan

Sehat.

Kegiatan ini dilakukan berdasarkan beberapa tahapan yakni tahap persiapan, tahap pelaksanaan dan tahap evaluasi.

a. Tahap persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan tim KKN kolaboratif melakukan survei awal dengan mendatangi Sekolah Dasar yang ada di desa Pintu Padang yaitu SDN 100206 Desa Pintu Padang. Pada tahap ini tim pelaksana melakukan perkenalan awal dengan kepala sekola serta penyampaian dan permohonan izin atas kegiatan apa yang akan dilaksanakan.

b. Tahap pelaksanaan

Tahap pelaksanaan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa/siswi Sekolah Dasar dilaksanakan di ruang kelas SDN 100206 Pintu Padang dengan penyampaian materi

PHBS selama 15 menit disertai dengan penayangan video tentang jajanan yang bersih dan sehat, bahaya merokok, serta praktik mencuci tangan, Siswa/siswi diajarkan tata cara mencuci tangan dengan 6 langkah secara berurutan kemudian siswa/siswi diminta mengulang kembali Gerakan mencuci tangan dengan didampingi mahasiswa KKN kolaboratif dan diakhiri dengan sesi tanya jawab.

c. Tahap evaluasi

Pada tahapan evaluasi hasil dari sesi tanya jawab digunakan untuk mengevaluasi sejauh mana sosialisasi Peningkatan kualitas Kesehatan di sekolah dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SDN 100206 Desa Pintu Padang telah berdampak pada pengetahuan dan praktik Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Indikator perilaku hidup bersih dan sehat harus diterapkan disekolah dan merupakan tanggungjawab dari pihak sekolah. Sekolah merupakan institusi pendidikan yang menciptakan generasi emas sebaiknya menerapkan perilaku hidup bersih sehat di lingkungan sekolah untuk meningkatkan derajat kesehatan serta juga mampu mencegah dari masalah kesehatan, utamanya penyakit menular.

Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, mapun kemampuan

masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, kemudian untuk meningkatkan peran serta aktif masyarakat termasuk dunia usaha dalam upaya mewujudkan derajatkesehatan yang optimal. (Annisa Khoiriah1,2020)

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

### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan paparan kegiatan

penyuluhan kepada siswa kelas 5 di SDN 100206 Desa Pintu Padang, dapat disimpulkan bahwa yang didapat dari kegiatan ini ada peningkatan angka pemahaman dan pengetahuan responden setelah diberikan penyuluhan tentang peningkatan kualitas kesehatan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat dilaksanakan dengan penuh antusiasme dan partisipasi dari seluruh pihak yang terlibat, khususnya siswa dan siswi SDN 100206 Desa Pintu Padang. Kegiatan penyuluhan ini merupakan kegiatan yang memiliki dampak positif karena dapat meningkatkan pengetahuan kepada siswa/siswi SDN 100206 Desa Pintu Padang tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Sosialisasi ini dapat memberi pembelajaran mengenai mencuci tangan dengan benar, mengelolah sampah dengan baik menjaga kebersihan lingkungan mengetahui dampak bahaya merokok dan pandai memilih jajanan yang bersih dan sehat. Semua Langkah kecil dari perilaku hidup bersih dan sehat merupakan Langkah untuk mewujudkan lingkungan yang bebas dari penyakit. Dari kegiatan sosialisasi diharapkan siswa dan SDN 100206 Desa Pintu Padang semakin peduli terhadap kebersihan diri maupun lingkungan.

## 5. DAFTAR PUSTAKA

- Mayasari S. (2022). :Edukasi Khasiat Daun Salam Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Ibu Rumah Tangga”. Jukeshum 2(1): 69-73.
- Mayasari, S., Anggitasari, W., & Pebriarti, I. W. (2023). Edukasi Mengenal Obat Sejak Usia Dini Pada Pesentren di Kelurahan Gebang-Jember. BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 4(1), 842–847.
- Lase, Y. (2019). Hubungan Perilaku Hidup dan Sehat (PHBS) Dengan Kesehatan Lingkungan Di SDN NO.065013 Medan Selayang Tahun 2019(Vol. 2, Issue 065013).
- Mayasari, S., Anggitasari, W., & Pebriarti, I. W. (2023). Edukasi Mengenal Obat Sejak Usia Dini Pada Pesentren di Kelurahan Gebang-Jember. BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 4(1), 842–847.
- Annisa Khoiriah1, L. (2020). DIII Kebidanan, STIK Siti Khadijah Palembang. 2(1), 1–8.
- s
- ## 6. DOKUMENTASI
- 

