

**PENINGKATAN PERILAKU KESEHATAN MELALUI EDUKASI SEBAYA PADA
SISWA SDN 02 SUCI KECAMATAN PANTI*****Improving Health Behavior through Peer Education for Students of SDN 02 Suci
Panti District*****Affah^{1*}**
Zulfaa Ariyani Cahya¹
Novia Qomariah¹
Susi Wahyuning Asih¹¹Universitas Muhammadiyah
Jember*email: affahjuli18@gmail.com**Abstrak**

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. Metode pelaksanaan kegiatan yaitu berupa edukasi yang terdiri dari penyuluhan, pemutaran video, diskusi dan tanya jawab. Peserta kegiatan edukasi yaitu siswa kelas 1, 2, dan 3. Materi yang disampaikan adalah mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang PHBS dimana terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 57 %. Penyuluhan yang diadakan oleh Mahasiswa Profesi Ners A'15 UNMUH Jember bekerja sama dengan pihak sekolah SDN 02 Suci Kecamatan Panti Kabupaten Jember diharapkan terwujud Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi siswa SDN 02 Suci, dan kesadaran bagi siswa dalam menerapkan Hidup Bersih dan Sehat (Cuci tangan pakai sabun, penggunaan air bersih, jajanan sehat) sehingga terbentuk generasi sehat dan cerdas.

Kata Kunci:PHBS
Pendidikan kesehatan
Pengetahuan**Keywords:**PHBS
Health education
Knowledge**Abstract**

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a set of behaviors that are practiced on the basis of awareness as a result of learning, which makes a person, family, group or community able to help themselves independently in the health sector and play an active role in realizing public health. The method of implementing the activity is in the form of education which consists of counseling, video screening, discussion and question and answer. Participants in educational activities are students in grades 1, 2, and 3. The material presented is washing hands with soap before and after eating. This community service activity succeeded in increasing participants' knowledge and understanding of PHBS where there was an increase in knowledge by 57%. The counseling held by Ners Professional Students A'15 UNMUH Jember in collaboration with the school SDN 02 Suci, Panti District, Jember Regency is expected to realize Clean and Healthy Living Behavior for students of SDN 02 Suci, and awareness for students in implementing Clean and Healthy Living (Washing hands with soap, using clean water, healthy snacks) so that a healthy and intelligent generation is formed.

© year The Authors. Published by Penerbit Forind. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). Link: <https://jurnal.forindpress.com/index.php/jamas>

Submit: 19-10-2024

Accepted: 29-10-2024

Published: 30-10-2024

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat, juga dikenal sebagai PHBS, adalah perilaku kesehatan yang didasarkan pada hasil pembelajaran seseorang atau keluarga yang memungkinkan mereka untuk menolong diri sendiri dalam bidang kesehatan dan ber-partisipasi aktif dalam masyarakat untuk mencapai tingkat kesehatan terbaik. 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 derajat kesehatan yang optimal (Cahyani et al., 2022).

Sekolah pada sisi lain juga bisa menjadi sumber penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. Ada beberapa penyakit yang rentan menyerang anak usia

sekolah. Sebagai contoh prevalensi penyakit kecacangan pada anak usia sekolah di tahun 2000 sebesar 60-80 persen dan 23,2 % menderita anemia, serta ada sekitar 100.000 anak yang meninggal karena diare setiap tahunnya. Kerentanan anak sekolah untuk mendapatkan masalah kesehatan juga di dukung oleh hasil penelitian oleh BBPOM RI (Puteri & Yuristin, 2021). Penelitian tentang keamanan jajanan yang biasa dikonsumsi oleh anak sekolah pada tahun 2017 menemukan bahwa sebanyak 45 % tidak memenuhi syarat untuk dikonsumsi. Data tersebut diambil dari 26 BBPOM RI di Indonesia. Alasan makanan tersebut tidak layak dikonsumsi antara lain karena mengandung zat aditif seperti boraks/asam borat, tawas, formalin dan rhodamin B (Sugiritama et al., 2021).

Pentingnya memberikan pengetahuan tentang PHBS kepada anak sekolah yang bertujuan untuk mengubah perilaku kurang sehat menjadi perilaku yang sehat sesuai dengan konsep perilaku yang dikembangkan Becker (Taufiqurrahman et al., 2023). Menurut Becker, perilaku sehat melalui tiga tahapan (1) pengetahuan terhadap kesehatan (health knowledge), (2) sikap untuk merespon tindakan kesehatan (health attitude) dan (3) praktik atau tindakan kesehatan (health practice). Pelaksanaan PHBS yang bisa diajarkan dan dibiasakan pelaksanaannya oleh siswa antara lain menjaga kebersihan diri sendiri seperti mandi, sikat gigi, cuci tangan, cuci kaki dan buang air, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah maupun rumah seperti membuang sampah pada tempat yang seharusnya, serta mengetahui cara memilih makanan yang baik untuk kesehatan dan menghindari makanan yang bisa mengganggu Kesehatan (Trimaya Cahya Mulat et al., 2023).

Pendidikan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan kesehatan dan perkembangan anak-anak di sekolah dasar. Dengan memberikan pendidikan kesehatan yang menyeluruh, anak-anak dapat memperoleh pengetahuan, keterampilan, dan perspektif yang diperlukan untuk membuat keputusan tentang

kesehatan mereka dan menjalani gaya hidup yang lebih sehat. Setelah diskusi tersebut, Mahasiswa Profesi Ners A15 Uni-versitas Muhammadiyah Jember memutuskan untuk memberikan penyuluhan kesehatan kepada siswa SDN 02 Suci untuk meningkatkan pengetahuan mereka dan mendorong perilaku hidup yang bersih dan sehat

METODE PELAKSANAAN

Penyuluhan kepada masyarakat diikuti oleh siswa-siswi Sekolah Dasar Negeri 02 Suci dan didampingi oleh guru pembina UKS. Penyuluhan dilaksanakan pada tanggal 15 Oktober 2024. Acara penyuluhan dilaksanakan di ruang kelas yang dilengkapi peralatan audio-visual berupa LCD Proyektor dan pengeras suara. Materi PHBS diberikan dengan metode yang disesuaikan dengan usia anak sekolah dasar yang berkisar umur 8-11 tahun. Metode pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Metode Ceramah: Metode ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang PHBS kepada siswa dan siswi Sekolah Dasar Negeri 02 Suci. Dalam ceramah diuraikan tentang pengertian PHBS dan contoh – contoh perilaku yang sesuai dengan prinsip PHBS baik di sekolah maupun di lingkungan rumah. Ceramah dilakukan dengan banyak gambar menarik, video dan beberapa lagu yang bertema pola hidup sehat. Siswa-siswi disela-sela ceramah diajak menyanyi bersama untuk menciptakan suasana yang menyenangkan.
2. Metode tanya jawab atau diskusi : setelah sesi ceramah, kemudian dilanjutkan dengan sesi tanya jawab yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pemahaman siswa tentang PHBS. Untuk menarik minat siswa untuk bertanya, bagi siswa yang mau bertanya dan mampu menjawab diberikan bingkisan berupa alat tulis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di Sekolah Dasar Negeri 02 Suci disambut dengan baik oleh kepala

sekolah dan guru-guru karena memang dirasakan sebagian besar siswa belum menerapkan pola hidup yang bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Siswa yang mengikuti kegiatan berasal dari kelas I sampai kelas 4 dengan jumlah total 202 orang, yang didampingi oleh guru pembimbing.

Pre test dan post test, kegiatan ini bertujuan untuk mengukur pencapaian keberhasilan kegiatan terhadap peserta. Pre test dan post test menggunakan instrumen berupa kuesioner dan dalam pengisiannya dibantu oleh 5 orang mahasiswa sebagai instruktur pendamping. Hal tersebut dilakukan karena siswa sekolah dasar yang menjadi peserta merupakan siswa kelas I yang baru belajar membaca.

Berdasarkan pelaksanaan penyuluhan tentang pola hidup bersih dan sehat di Sekolah Dasar Negeri 02 Suci yang diikuti oleh siswa dan guru, dapat didiskripsikan hasil yang dicapai adalah sebagai berikut:

1. Menambah pengetahuan siswa tentang prinsip-prinsip perilaku hidup bersih dan sehat
2. Mengubah sikap siswa terhadap pentingnya menerapkan prinsip-prinsip perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah
3. Siswa mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun di lingkungan keluarga
4. Guru lebih mengetahui tentang cara mengajarkan prinsip PHBS pada siswa dan bagaimana cara mewujudkan lingkungan yang sehat di sekolah, termasuk kantin yang memenuhi syarat kesehatan
5. Pada tahap selanjutnya, siswa diharapkan menjadi agen perubahan masa depan.



Gambar 1. Dokumentasi Dengan Kepala Sekolah



Gambar 2. Dokumentasi Penyuluhan PHBS

RENCANA TINDAK LANJUT

Diharapkan setelah kegiatan pengabdian melalui edukasi ini siswa SDN 02 Suci mampu mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari dengan diawasi oleh orang dewasa, orang tua dan guru, sehingga dapat terhindarnya penyakit yang disebabkan oleh kuman, jamur dan virus sekaligus dapat menurunkan angka penyakit diare dan yang lainnya.

KESIMPULAN

Penyuluhan tentang pola hidup bersih dan sehat sangat penting dilaksanakan karena siswa Sekolah Dasar Negeri 02 Suci sangat rentan mengalami masalah kesehatan baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah. Metode ceramah yang dilakukan melalui gambar dan film yang bertema pola hidup bersih dan sehat dapat diterima dengan baik oleh siswa yang secara efektif mampu meningkatkan pengetahuan siswa. Metode ceramah yang dilanjutkan dengan tanya jawab mampu merubah pandangan siswa tentang pentingnya menerapkan prinsip-prinsip PHBS baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini mampu membantu guru untuk mengajarkan pola hidup bersih dan sehat serta mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat

Universitas Udayana yang telah memberikan kesempatan untuk pelaksanaan kegiatan ini. Terimakasih juga disampaikan kepada Kepala Sekolah Dasar Negeri 02 Suci yang telah memberikan ijin pelaksanaan kegiatan ini.

REFERENSI

- Cahyani, A. N., Utami, A., & YovinnaTobing, V. (2022). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Kejadian Diare Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 02(03), 82–97. <http://www.doi.org/10.25311/jkh.Vol2.Iss3.870>
- Puteri, A. D., & Yuristin, D. (2021). Penyuluhan Kesehatan Mengenai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Usia Sekolah Di Desa Binuang Kecamatan Bangkinang. *COVIT (Community Service of Health)*, 1(1), 1–5. <https://doi.org/10.31004/covit.v1i1.1967>
- Sugiritama, I. W., I. G. N. S. Wiryawan, I. G. A. D. Ratnayanth, K., I. G. K. A., N. M. Linawat, & I. A. I. Wahyuniari. (2021). Pengembangan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah Melalui Metode Penyuluhan. *Buletin Udayana Mengabdi*, 20(1), 65.
- Trimaya Cahya Mulat, Yuriatson Yuriatson, A. Syamsinar Asmi, & Rukina, R. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar. *Abdimas Polsaka*, 43–47. <https://doi.org/10.35816/abdimaspolsaka.v2i1.31>