

“Peningkatan Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 02 Ngrombo”

**Rinanda Nur Arifah^{1*}, Nimas Citra Indonesia¹, Titin Retno Safitri¹, Fahdah Haniyah¹,
Esti Khoirrima¹, Aprilia Wahyu Saputri¹, Intan Kusuma Wardani², Matheus Kevin Ferdianto²,
Dini Nur Rohmah², Fitri Octavia Khoerinlisa², Sita Adelia², Ngesti Wulandari², Adisty Rose
Artistin², Luluk Ria Rahma¹**

¹Ilmu Gizi/ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

²Ilmu Keperawatan/ Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta

*Email: j310190152@student.ums.ac.id

ABSTRAK

Abstrak : Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan atas kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu secara mandiri menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan di masyarakat. Anak usia Sekolah Dasar yaitu anak yang berusia 6-12 tahun, anak usia sekolah ini merupakan masa dimana terjadi perubahan yang bervariasi pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang akan mempengaruhi pembentukan karakteristik dan kepribadian anak. Tujuan dilakukannya penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yaitu meningkatkan wawasan dan pengetahuan siswa agar mengetahui dan mampu mempraktikkan PHBS serta dapat berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dengan menggunakan media video, kuisioner pre test-post test, diskusi dan tanya jawaan aktif. Tingkat pengetahuan meningkat 69,2% dibuktikan dengan rata-rata nilai pengetahuan siswa sebelum diberikan penyuluhan kesehatan yaitu 23.72 dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan yaitu 48.07. Berdasarkan pelaksanaan kegiatan penyuluhan menunjukkan adanya perbedaan dan peningkatan wawasan dan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan tentang pentingnya menerapkan PHBS di sekolah

Kata kunci : Desa Ngrombo: PHBS; Penyuluhan: Sekolah

Abstract : *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a behavior that is carried out on awareness as a result of learning that makes a person, family, group or community able to independently help themselves in the health sector in the community. Elementary school age children are children aged 6-12 years, this school age child is a period where there are various changes in the growth and development of children that will affect the formation of children's characteristics and personality. The purpose of the counseling is to describe the implementation of counseling and find out the differences in students' knowledge before and after being given counseling on participants' knowledge about Clean and Healthy Life Behavior (PHBS) in the school environment in grades 4 and 5 of SDN 02 Ngrombo. The method used in this activity is counseling. using video media, pre-test-post-test questionnaires, discussions and active question and answer. The level of knowledge increased by 69.2% as evidenced by the average value of students' knowledge before being given health counseling was 23.72 and after being given health counseling was 48.07. Based on the implementation of counseling activities, it shows that there are differences and improvements in students' insight and knowledge before and after being given counseling about the importance of implementing PHBS in schools*

Keywords: *Ngrombo Village: PHBS; Counseling: School*

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan perilaku yang dilakukan atas kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang,

keluarga, kelompok atau masyarakat mampu secara mandiri menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan di masyarakat (Kementrian Kesehatan RI, 2011). PHBS adalah salah satu komponen

penting dalam pembangunan kesehatan yang diperlukan adanya kesadaran, kemampuan, dan kemauan hidup sehat dari setiap penduduk sehingga dapat terwujudnya derajat kesehatan secara optimal (Saini & Aminah, 2018)

Anak usia Sekolah Dasar yaitu anak yang berusia 6-12 tahun, anak usia sekolah ini merupakan masa dimana terjadi perubahan yang bervariasi pada pertumbuhan dan perkembangan anak yang akan mempengaruhi pembentukan karakteristik dan kepribadian anak. Pada usia ini anak mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan teman sebaya, orang tua dan lainnya.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran berbagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Pelaksanaan PHBS tersebut dapat melalui pembiasaan seperti yang dikemukakan oleh Julianti et al., (2018) pengembangan pembiasaan meliputi : “Berdoa sebelum dan sesudah makan, mengucapkan salam bila bertemu dengan orang lain, menolong sesama, membersihkan diri sendiri seperti sikat gigi, buang air dan mandi. Menjaga kebersihan lingkungan, membuang sampah pada tempatnya, melaksanakan tata tertib yang ada di sekolah, melaksanakan kegiatan ibadah sesuai keyakinannya, mengucapkan terima kasih apabila menerima sesuatu, menghormati orang tua dan orang yang lebih tua, berbahasa sopan dan bermuka manis, ke sekolah tepat waktu, membersihkan peralatan makan setelah digunakan.”

Desa Ngrombo merupakan salah satu desa yang terletak di wilayah Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo provinsi Jawa Tengah. Penelitian ini dilakukan di SDN 02 Ngrombo, dimana sekolah ini adalah salah satu satuan pendidikan jenjang SD di Ngrombo. Penyuluhan PHBS dilakukan pada kelas 4 dan kelas 5 dengan total 26 siswa terdiri

10 siswa laki-laki dan 16 siswa perempuan. Berdasarkan hasil wawancara, dari 26 siswa 5 siswa menggosok gigi satu kali dalam sehari, 24 siswa tidak bisa memilah sampah sesuai jenisnya, 15 siswa belum mengetahui jenis makanan yang bergizi, 26 siswa belum mengetahui cara menjaga kebersihan kamar mandi, dan 9 siswa belum mampu mengingat gerakan cuci tangan 6 langkah.

Tujuan dilakukannya penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yaitu meningkatkan wawasan dan pengetahuan siswa agar mengetahui dan mampu mempraktikkan PHBS serta dapat berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Dengan adanya PHBS dapat meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses menyadarkan pengetahuan dari kontribusi individu di sekolah sehingga tercipta perilaku kehidupan yang bersih dan sehat di lingkungan sekolah.

Manfaat adanya PHBS di Sekolah yaitu meningkatkan kesadaran siswa dan warga sekolah untuk giat menjalankan hidup bersih dan sehat, mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan di sekolah, menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup sehat, membiasakan siswa dan warga sekolah menjalani pola hidup sehat di lingkungan sekolah, dan menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat agar proses belajar dan mengajar berjalan lancar, serta menjaga kesehatan murid dan warga sekolah.

Dengan demikian, judul dalam penelitian ini yaitu “Peningkatan Pengetahuan Siswa Sesudah Diberikan Penyuluhan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 02 Ngrombo”

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat dirumuskan tujuan penelitian adalah mendiskripsikan pelaksanaan penyuluhan dan mengetahui perbedaan pengetahuan siswa sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan terhadap pengetahuan peserta mengenai Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah pada kelas 4 dan 5 SDN 02 Ngrombo.

2. METODE

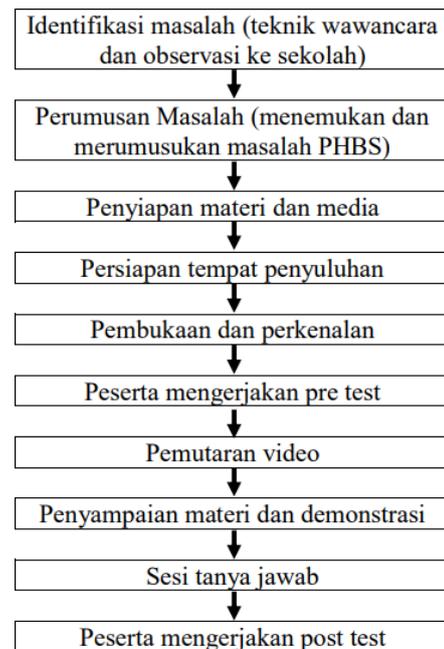
Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah metode penyuluhan yang melibatkan kelompok sasaran yaitu 26 siswa dari kelas 4 dan 5. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari senin tanggal 1 Agustus 2022 di SD Negeri 02 Ngrombo, Desa Ngrombo, Kecamatan Baki, Kabupaten Sukoharjo, Provinsi Jawa Tengah.

Tahapan penyuluhan terdiri tiga tahapan yaitu tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap persiapan meliputi identifikasi masalah yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi ke sekolah, penyiapan materi oleh fasilitator, dan penyiapan media berupa video animasi berdurasi 14 menit. Berdasarkan hasil identifikasi masalah yang telah dilakukan diperoleh data bahwa angka pengetahuan siswa mengenai PHBS termasuk rendah. Sehingga solusi untuk mengatasi permasalahan diatas adalah dengan memberikan penyuluhan mengenai PHBS di sekolah. Pentingnya kesadaran siswa akan PHBS harus didasari oleh pengetahuan mengenai PHBS yang baik dan benar. Oleh karena itu, prioritas masalah yang diangkat pada artikel ini adalah permasalahan PHBS di sekolah.

Tahapan pelaksanaan meliputi pemutaran video animasi dan penyampaian materi tentang PHBS. Penyampaian materi dilakukan dengan memberikan penyuluhan, pendampingan, serta bimbingan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah. Metode yang digunakan dalam menyampaikan materi adalah ceramah, dan demonstrasi. Tahapan evaluasi atau penilaian meliputi penilaian pengetahuan peserta mengenai PHBS di sekolah. Tahap ini dilakukan sebelum dan sesudah peserta memperoleh penyuluhan. Kegiatan evaluasi bertujuan untuk meningkatkan wawasan dan pengetahuan siswa agar mengetahui dan mampu mempraktikkan PHBS serta dapat berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Metode evaluasi penyuluhan yang digunakan adalah menggunakan angket

(kuisisioner) dan tanya jawab. Angket berisi beberapa pertanyaan mengenai pengetahuan peserta mengenai PHBS di sekolah. Sesi tanya jawab dilakukan dengan memberikan pertanyaan kepada peserta mengenai PHBS di sekolah.

Diagram Alir



Gambar 1. Alur Kegiatan Penyuluhan PHBS

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan salah satu indikator yang dapat menunjukkan apakah seseorang dapat dikatakan memiliki wawasan yang luas atau tidak. Pengetahuan dapat ditingkatkan dengan melakukan pembelajaran melalui Pendidikan formal dan non formal. Seseorang dapat memperoleh pengetahuan melalui indra pendengaran dan indra penglihatan. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang dalam menerima perilaku baru bagi dirinya melalui tahap kesadaran, merasa tertarik, menilai, mencoba dan mengadopsi perilaku yang didasari atas pengetahuan kesadaran dan sikap positif (Srisantyorini & Ernyasih, 2020)

Penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Negeri 02 Ngrombo dilaksanakan pada tanggal 01 Agustus 2022, selama 60 menit dari jam 11.00 sampai pukul 12.00. Pemaparan materi dilakukan oleh salah satu mahasiswa KKN yang ditugaskan sebagai penanggung jawab materi. Kegiatan penyuluhan berlangsung dengan lancar, serta siswa kooperatif selama penyuluhan berlangsung. Pada sesi tanya jawab, siswa yang bisa menjawab pertanyaan akan diberikan *reward* berupa kotak pensil. Evaluasi kegiatan dengan dilakukan pre-test dan post-test. Sebelum dilakukan penyuluhan, langkah pertama memberikan soal pre-test kepada siswa untuk mengetahui pemahaman umum mengenai PHBS dan setelah dilakukan penyuluhan PHBS langkah kedua memberikan soal post-test kepada siswa untuk mengetahui pemahaman materi yang sudah diberikan. Berdasarkan hasil pre-test dan post-test terdapat peningkatan pengetahuan peserta tentang PHBS.



Gambar 2. Pemberian Reward kepada siswa

Berdasarkan hasil pengukuran tingkat pengetahuan siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Ngrombo 02 menggunakan kuesioner setelah dilakukan penyuluhan, menunjukkan hasil tingkat pengetahuan meningkat 69,2% dibuktikan dengan rata-rata nilai pengetahuan siswa sebelum diberikan penyuluhan kesehatan yaitu 23.72 dan sesudah diberikan penyuluhan kesehatan yaitu 48.07. Setelah dilakukan penyuluhan dapat diketahui bahwa pengetahuan siswa meningkat menjadi sedang dan tinggi. Jika dilihat pada

masing-masing pertanyaan tentang PHBS yang meliputi pengertian PHBS, cuci tangan dengan 6 langkah yang benar, “isi piringku” dan minum air bebas kuman, kamar mandi yang bersih dan higienis, cara sikat gigi yang benar, serta cara memilah sampah, terjadi peningkatan jumlah jawaban yang benar.

Tabel 1. Hasil Uji Wilcoxon Tingkat Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah di Berikan Penyuluhan PHBS

Variabel	N	Mean	St. Deviation	P value
Pengetahuan Sebelum	26	23.72	17.73993	0.0001
Pengetahuan Sesudah	26	48.07	18.46334	

Pada tabel 1 dapat diketahui hasil analisis data yang diperoleh dalam penelitian ini diuji menggunakan Uji Wilcoxon dengan hasil probabilitas 0,0001 ($p < 0,005$), maka hipotesis ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan tentang PHBS di SD Negeri Ngrombo 02.

Hal ini mendeskripsikan bahwa penyuluhan kesehatan adalah suatu kegiatan yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku siswa meliputi perubahan pengetahuan. Dengan dilakukan penyuluhan kesehatan maka siswa mendapatkan pembelajaran yang menghasilkan suatu perubahan dari yang belum diketahui menjadi diketahui. Hal ini sesuai dengan tujuan penyuluhan kesehatan itu sendiri yaitu supaya anak-anak dapat mengenal dan memahami dan mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat.

Pelaksanaan PHBS bagi anak-anak sangat penting diterapkan sejak dini, dikarenakan masa kanak-kanak merupakan masa dimana masih diperlukan pembentukan karakter dengan tujuan anak dapat mengambil nilai, sikap

dan perilaku yang dapat menjadikan anak bisa mengambil aspek positif dan meninggalkan aspek negatif di kehidupan sehari-hari. Anak yang diberikan penyuluhan PHBS diharapkan dapat mengubah kebiasaan mereka dalam menerapkan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) baik di rumah maupun di sekolah. Menurut Suhri et al., (2014) Orang tua dan guru merupakan sosok terpenting dalam mendampingi anak-anak melakukan aktifitas sehari-hari. Perlunya perhatian lebih untuk anak usia sekolah dapat menurunkan resiko komplikasi dan permasalahan Kesehatan sehingga dapat mewujudkan anak yang cerdas, sehat dan berprestasi.

Permasalahan utama perilaku Kesehatan bagi anak usia sekolah dasar yaitu kurangnya kesadaran akan kebersihan diri dan lingkungan. Anak usia sekolah dasar biasanya tidak menerapkan kebiasaan cuci tangan pakai sabun dan buang sampah di tempatnya. Kedua hal tersebut dapat menjadi pemicu utama anak berseiko terkena penyakit infeksi yang berbahaya. Oleh karena itu, penyuluhan PHBS yang meliputi 6 indikator perilaku hidup bersih dan sehat diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak kelas 4 dan 5 di SD Negeri Ngrombo 02 terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang dapat diterapkan di sekolah dan rumah.

Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan media video animasi yang disesuaikan dengan materi PHBS. Media video animasi menjadi faktor penunjang keberhasilan penyuluhan dikarenakan media tersebut sangat cocok untuk anak usia 10-11 tahun yang menyukai kartun sehingga dapat diharapkan dapat menarik perhatian dan memudahkan anak-anak untuk menyerap materi yang disajikan. Menurut Hanif & Prasko (2018) mengatakan media video mempunyai kelebihan yaitu lebih mudah dipahami dan lebih menarik karena ada gambar dan suara. Berdasarkan hasil penelitian Hu et al., (2020) media video pembelajaran dapat mengubah perilaku siswa karena

dapat memotivasi dan menciptakan rasa keberhasilan serta meningkatkan rasa semangat pada diri siswa. Selain itu, media video pembelajaran salah satu metode pembelajaran yang baru bagi siswa, karena selama proses pembelajaran tersebut masih sedikit guru yang menggunakan media pembelajaran dengan video animasi dengan menggunakan audio visual yang memuat gambar yang menarik dengan penjelasan singkat.



Gambar 3. Pemaparan Materi PHBS

Faktor penghambat dari penyuluhan salah satunya karena penyuluhan dilakukan di waktu KBM sudah berakhir (11.00 – 12.00), hal ini menyebabkan siswa terkadang tidak fokus terhadap penyuluhan itu sendiri dan mereka lebih fokus untuk segera pulang. Selain itu, terdapat hambatan lain pada saat penyuluhan yaitu terdapat gangguan dari siswa kelas lain yang ingin ikut serta dalam penyuluhan yang dilakukan, sehingga mengganggu perhatian peserta selama proses penyuluhan, Namun hal itu bisa diatasi dengan mengarahkan siswa kelas lain untuk lebih tenang, selain itu agar peserta penyuluhan tidak merasa bosan, disela istirahat diberikan sesi ice breaking dan pemberian snack kepada siswa. Ice breaking merupakan kegiatan yang dapat dilakukan dengan tujuan menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan dan tidak membosankan sehingga siswa merasa tertarik terhadap materi yang akan disampaikan. Siswa akan lebih fokus pada pembelajaran yang dilakukan sehingga akan terdapat peningkatan hasil belajar siswa. Berdasarkan penelitian Solihati et al.,

(2018) mengatakan bahwa agar hasil belajar siswa dapat meningkat, maka dapat dilakukan dengan cara meningkatkan motivasi belajar siswa dengan dilakukan ice breaking.

Berdasarkan hasil pengamatan, setelah diberikan sesi ice breaking dan snack siswa menjadi lebih fokus dan memperhatikan materi yang disampaikan, sehingga pada saat dilakukan post-test, nilai yang diperoleh mengalami peningkatan yang signifikan..

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengukuran tingkat pengetahuan siswa/siswi SD Negeri 02 Ngrombo mengenai PHBS menunjukkan hasil tingkat pengetahuan meningkat 69,2% dibuktikan dengan nilai pengetahuan siswa/siswi sebelum diberikan penyuluhan yaitu 23.72% dan sesudah diberikan penyuluhan sebesar 48.07 %. Dengan adanya penelitian ini diketahui bahwa sebelum dilakukan penyuluhan mengenai PHBS tingkat pengetahuan siswa/siswi mengenai SD Negeri 02 Ngrombo masih tergolong rendah. Pengetahuan siswa/siswi meningkat setelah dilakukan penyuluhan mengenai PHBS, dengan demikian dengan adanya penyuluhan menunjukkan adanya peningkatan wawasan dan pengetahuan siswa/siswi tentang PHBS yang baik dan benar.

REFERENSI

- Hanif, F., & Prasko, P. (2018). Perbedaan pengaruh penyuluhan menggunakan media video dan boneka tangan terhadap peningkatan pengetahuan kesehatan gigi dan mulut pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Gigi*, 5(2), 1–6. <https://doi.org/10.31983/jkg.v5i2.3854>
- Hu, T., Liang, C., Min, G., Li, K., & Xiao, C. (2020). Generating video animation from single still image in social media based on intelligent computing. *Journal of Visual Communication and Image Representation*, 71, 1–14. <https://doi.org/10.1016/j.jvcir.2020.102812>
- Julianti, R., Nasirun, M., & Wembrayarli. (2018). Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17. www.dinkes.go.id
- Kementrian Kesehatan RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Kementerian Kesehatan RI.
- Saini, S., & Aminah, S. (2018). Pengetahuan dan sikap keluarga dalam pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat di wilayah kerja puskesmas Sombaopu Gowa. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 9(1), 39–52. <https://doi.org/10.32382/jmk.v9i1.109>
- Solihati, D., Abidin, H. A. Z., Sumilah, & Purwanti, E. (2018). Hubungan ice breaker dan motivasi belajar siswa dengan hasil belajar IPS. *Joyful Learning Journal*, 7(2), 27–37. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/llj/article/view/23230>
- Srisantyorini, T., & Ernyasih. (2020). Hubungan pengetahuan dan sikap siswa terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di SD Negeri Sampora 1 Kecamatan Cisauk tahun 2018. *Muhammadiyah Public Health Journal*, 1(1), 63–69.
- Suhri, M., Sudaryanto, A., & Sulastri, S. (2014). *Gambaran sikap tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar negeri di desa Gonilan kecamatan Kartasura kabupaten Sukoharjo*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.