

## EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA SEKOLAH DASAR SDI. FATUFETO 2 KOTA KUPANG

Welmince Paulina Nggorong<sup>1</sup>, Yohana Teodosia Setu<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>STIKes Maranatha Kupang

Korespondensi penulis: mincepaulina27@gmail.com

### ABSTRAK

**Latar belakang:** Peningkatan kesehatan merupakan salah satu upaya pembangunan nasional untuk tercapainya kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap penduduk dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Pelaksanaan pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup setiap orang agar memiliki PHBS di lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Diperlukan upaya untuk mengedukasi anak-anak usia dini untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, salah satunya di lingkungan sekolah.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh perilaku hidup sehat dan bersih pada anak usia sekolah

**Metode:** Desain penelitian ini adalah deskriptif dan jumlah sampel sebanyak 50 responden. Variabel dalam penelitian ini adalah edukasi kesehatan pada siswa/ siswi tentang perilaku hidup sehat dan bersih. Teknik pengumpulan data menggunakan Metode wawancara, observasi, dan dokumentasi.

**Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang PHBS dimana terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 57 %.

**Simpulan:** Adanya peningkatan sikap dan tindakan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat.

**Kata kunci:** Anak Sekolah, Edukasi, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

### 1. PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah kebiasaan diri sendiri untuk berperilaku sehat dengan adanya kesadaran diri sendiri. Kegiatan ini berperan dalam kesehatan dilingkungan masyarakat. Perilaku ini dapat mencegah penyakit jika lingkungan kita bersih dan sehat. Pelaksaaan PHBS di sekolah ini dapat di mulai dari hal sederhana contohnya membuang sampah pada tempatnya. Meningkatnya perilaku ini dapat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan dilingkungan sekolah (Nova et al., 2022). Ada beberapa hal yang harus digunakan sebagai ukuran pada penilaian PHBS di sekolah, diantaranya membuang kotoran pada kawasannya, membersihkan tangan menggunakan sabun colek serta air mengalir, memakan makanan yang sehat dikantin sekolah, memanfaatkan air jamban bersih dan

sehat, olahraga secara terkendali, memusnakan jentik-jentik digenangan air, tidak merokok dilingkungan sekolah, mengukur berat badan dan mengukur tinggi badan, dan mengeluarkan kotoran dan dibuang pada tempatnya. (Gede et al., n.d.)

Ditemukan banyak faktor yang mempengaruhi PHBS ini, contohnya yaitu kebiasaan dirumah, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, serta guru yang memberikan contoh kurang baik kepada peserta didik. Di lingkungan sekolah perilaku hidup bersih dan sehat ini menjadi target, sampai pada pelaksanaan perilaku ini perlu ditekankan kepada peserta didik (Julianti & Nasirun, 2018). Dalam hal ini terdapat beberapa akibat, karena banyak data yang menunjukkan sebgaiian besar penyakit yang sering dialami anak sekolah usia dasar (eman- sepuluh tahun) ternyata ada kaitannya

dengan perilaku hidup bersih dan sehat. PHBS disekolah ini berupaya agar peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah berkenan untuk menerapkan serta berfungsi dengan aktif dalam memperhatikan berperilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah (Taryatman, 2016).

Perilaku pelaksanaan hidup bersih dan sehat ini merupakan gabungan dari perilaku yang diterapkan dengan menyadari diri sendiri yang di dapatkan dari hasil pembelajaran tersebut. Selain itu perilaku PHBS ini dapat memotivasi peserta didik untuk mewujudkan lingkungan kesehatan di sekolahnya. Ada beberapa manfaat di dalam penerapan PHBS ini yaitu jika anak dikenalkan perilaku hidup bersih sejak dini sehingga anak tersebut tentunya memiliki perilaku PHBS ini kapanpun dan dimanapun dia tentunya akan melaksanakan pola hidup bersih dan sehat, akan tetapi jika perilaku tidak sehat diterapkan lalu akan meningkatkan dampak yang tidak diinginkan yaitu dengan berkembangnya berbagai penyakit (Handayani et al., 2016).

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh perilaku hidup sehat dan bersih pada anak usia sekolah, selain itu penelitian ini juga bertujuan untuk menumbuhkan sikap kedisiplinan mengenai kebersihan dan kesehatan dilingkungan sekolah.

## 2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah deskriptif dan jumlah sampel sebanyak 50 responden. Variabel dalam penelitian ini adalah edukasi kesehatan pada siswa/ siswi tentang perilaku hidup sehat dan bersih. Teknik pengumpulan data menggunakan Metode wawancara, observasi, dan dokumentasi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil tujuan dari pelaksanaan penelitian yang berjudul “Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar SDI Fatufeto 2 Kota Kupang” beberapa siswa masih ada yang kesadarannya masih kurang dalam mendatangi PHBS ini dikehidupan ke sehari-harinya. PHBS ini

merupakan faktor lingkungan yang berpengaruh terhadap kesehatan individu, kelompok atau masyarakat. Setelah melakukan wawancara dengan kepala sekolah mengenai penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di SDI Fatufeto 2 Kota Kupang didapatkan jawaban dari pertanyaan wawancara sebagai berikut. 1) Bagaimana guru perlu memberikan pengetahuan kepada siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat agar siswa dapat mempraktikkannya di lingkungan sekolah?, 2) Bagaimana peran guru terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah?, 3) Apakah peran orang tua di rumah itu sangat berpengaruh besar terhadap peserta didik untuk berperilaku hidup bersih dan sehat di sekolah maupun di rumah?, 4) Dengan didatangkannya tenaga kesehatan ke sekolah untuk memberikan penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat Apakah berpengaruh kepada siswa?, 5) Apa saja sarana dan prasarana yang disediakan sekolah untuk mendukung pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat di SDI Fatufeto 2 Kota Kupang?

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru yang berkaitan dengan pelaksanaan pembinaan lingkungan sehat pada siswa SDI Fatufeto 2 Kota Kupang yang dimana tugas utama guru untuk mendidik siswa, dengan kompetensi keahlian yang ada pada masing-masing guru sesuai dengan kurikulum pembelajaran. Namun meningkatkan kesehatan siswa bukanlah tugas utama seorang guru, hal ini menyebabkan pengembangan promosi lingkungan sehat menjadi tidak mudah. Menurut hasil penelitian ini, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku (PHBS) (Kanro et al., 2017) yaitu:

### a. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hal yang terpenting untuk mengubah pola pikir seseorang. Pengetahuan didasarkan dengan apa yang telah dipahami sehingga dapat mengembangkan perilaku dalam suatu hal, contohnya PHBS di sekolah. Oleh karena itu, guru

perlu memberikan pengetahuan kepada siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat agar siswa dapat mempraktikkannya di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.

b. Peran Guru

Tugas guru disini berperan sebagai pendidik, pemimpin kelas, sang motivator, dan sebagai evaluator. Guru berperan penting dalam penerapan perilaku PHBS bagi siswa di sekolah. Dengan adanya bimbingan yang dilakukan untuk para guru yang dapat menumbuhkan kesadaran siswa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat disekolah maupun dirumah.

c. Peran Orang tua

Orang tua disini merupakan guru pertama yang mengajari anak banyak hal terhadap kebiasaan hidup bersih dan sehat dirumah. Jika orang tua menerapkan PHBS, secara tidak langsung anak akan meniru kebiasaan perilaku orang tua dirumah. Untuk mendidik anak orang tua berperan menjadi panutan untuk membiasakan anak pola hidup bersih dan sehat.

d. Peran Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan merupakan salah satu diantara faktor alternatif dari terwujudnya perilaku seseorang, yang dimana orang memperoleh dukungan dari tenaga kesehatan yang mendorong untuk berperilaku yang sesuai dengan arahan yang telah di sampaikan.

e. Ketersediaan sarana dan prasarana

Tersedianya sarana dan prasarana ini merupakan faktor pendukung yang penting untuk menerapkan PHBS seperti tempat sampah, air bersih, jamban yang bersih dan sehat, kantin sekolah sehat, dan perlengkapan kesehatan lainnya.

Perilaku hidup bersih dan sehat ini bertujuan untuk daerah yang bersih dan sehat dapat terlepas dari gangguan penyakit ini. Didalam pelaksanaan program PHBS ini siswa sadar tentang kebersihan yang sudah

dilakukan selama ini, namun masih terdapat sejumlah siswa yang belum sepenuhnya melaksanakan PHBS sehingga peran guru disini masih kurang. Untuk mengatasi permasalahan ini guru wajib menekankan kepada siswa tentang PHBS. Hal ini menunjukkan bahwa phbs dapat diwujudkan melalui kerja sama peran antara guru, orang tua, dan tenaga Kesehatan (Nova et al., 2022).

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan sumber dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti disini dapat disimpulkan maka akan terjadi adanya peningkatan sikap dan tindakan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Pada anak sekolah dasar di SDI. Fatufeto 2 Kota Kupang yang meliputi: a. persiapan untuk memperkenalkan, mengajarkan dan menanamkan pentingnya untuk jaga kebersihan dan kesehatan lingkungan sekitar, menyediakan berbagai alat perlengkapan kebersihan yang cukup mencukupi, serta persediaan air yang cukup bersih. b. untuk pelaksanaannya membantu siswa untuk selalu diingatkan untuk berperilaku PHBS, untuk mengefisiensi waktu di dalam pembelajaran disebutkan dengan cara melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat untuk menerapkan kedisiplinan contohnya yaitu membuang sampah pada tempatnya, hal ini bertujuan agar siswa dapat melaksanakan PHBS. c. dalam pelaksanaan PHBS tersebut guru maupun orang tua menekankan kepada anak untuk terus memperhatikan kebersihan dan kesehatan di lingkungan sekitar, hal ini berarti bahwa dorongan dari seorang guru, peran orang tua, peran tenaga kesehatan ketersediaan sarana dan sarana sangat penting. PHBS yang efektif ini diharapkan mampu membantu individu di sekolah untuk selalu menjaga kesehatan sehingga siswa dapat terlepas dari penyakit terutama yang sensitif menginfeksi anak usia sekolah dasar pada umumnya.

## 5. REFERENSI

- Handayani, R., Novaryatiin, S., & Ardhany, S. D. (2016). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak-Anak Tingkat Sekolah Dasar di Desa Tabore Kecamatan Mentangai Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 2(1), 8–13. <https://doi.org/10.33084/jsm.v2i1.363>
- Julianti, R., & Nasirun, H. M. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17.