



PENYULUHAN PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA DI SDN BULUSARI 1

Ika Puspita Sari¹, M. Arwani², M. Nurul Huda³, Lilik Utami⁴, Muhammad Adhom⁵,
Sahilatul Fikriah⁶

^{1,2,3,4,5,6}STIKES Arrahma Mandiri Indonesia

Email: ika19266@gmail.com

ABSTRAK

Masalah kesehatan yang dihadapi oleh masyarakat Desa Bulusari tepatnya di Dusun Pakem adalah kondisi lingkungan yang kurang sehat dan cenderung berdebu berasal dari tambang pasir yang terdapat di Desa Bulusari. Tujuan pengabdian ini meningkatkan pengetahuan tentang penerapan perilaku hidup bersih dan sehat dengan melibatkan siswa SDN Bulusari 1 melalui penyuluhan. Pendekatan yang akan diterapkan untuk menyelesaikan persoalan mitra terkait perilaku hidup bersih dan sehat adalah dengan metode ceramah dan partisipatif. Pelaksanaan kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Sabtu, 18 November 2023. Pengabdian kepada masyarakat di Desa Bulusari menghasilkan pencapaian yang signifikan dalam peningkatan wawasan dan pengetahuan tentang penerapan hidup bersih dan sehat melibatkan partisipasi aktif masyarakat khususnya pada siswa SDN Bulusari. Saran, diperlukan kerjasama yang erat dengan pihak terkait, seperti instansi Pendidikan, kesehatan dan desa untuk mendukung program penyuluhan secara berkelanjutan.

Kata kunci: Penyuluhan, Penerapan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

ABSTRACT

The health problems faced by the people of Bulusari Village, specifically in Pakem Hamlet, are environmental conditions that are unhealthy and tend to be dusty from the sand mines in Bulusari Village. The aim of this service is to increase knowledge about implementing clean and healthy living behavior by involving students at SDN Bulusari 1 through counseling. The approach that will be applied to resolve partner problems related to clean and healthy living behavior is through lecture and participatory methods. The outreach activities were carried out on Saturday, November 18 2023. Community service in Bulusari Village resulted in significant achievements in increasing insight and knowledge about implementing clean and healthy living involving active community participation, especially Bulusari Elementary School students. Suggestion, close collaboration is needed with related parties, such as education, health and village agencies to support sustainable extension programs.

Keywords: Counseling, Implementation, Clean and Healthy Living Behavior

PENDAHULUAN

Program Promosi Kesehatan dari World Health Organization (WHO) bertujuan untuk meningkatkan kemampuan masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka, baik secara fisik, mental, dan sosial, demi produktivitas ekonomi dan sosial yang lebih baik (Septyasari et al., 2023). Upaya menjaga dan peningkatan kesehatan perlu dimulai sejak awal, baik pada masa anak-anak maupun sejak dalam kandungan. Salah satu cara untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan adalah dengan melakukan tindakan di lingkungan sekolah.

Pendidikan Dasar (SD) adalah tingkat pendidikan yang meliputi usia 7-12 tahun, yang dianggap sebagai periode penting dalam memberikan pendidikan dan menjaga kesehatan. Ini disebabkan karena rentan terhadap masalah kesehatan pada usia 7-12 tahun karena kurangnya pemahaman dan pendidikan kesehatan yang diberikan pada usia yang lebih awal. (Aidha et al., 2023). Kesehatan dipengaruhi oleh 4 faktor: lingkungan, perilaku, keturunan, dan pelayanan kesehatan. Dari keempat unsur tersebut, unsur kedua, yakni perilaku, memiliki dampak yang signifikan terhadap kesehatan seseorang, terutama dalam menerapkan PHBS di lingkungan individu, keluarga, dan masyarakat. (Andriansyah & Rahmantari, 2013).

Berdasarkan statistik dari Kemendikbud tahun 2016-2017, Indonesia memiliki lebih dari 250.000 sekolah dengan berbagai jenis kepemilikan, serta jumlah peserta didik SD sebanyak 25,49 juta jiwa atau 56,26% dari total peserta didik 45,3 juta jiwa. Isu kesehatan anak sekolah di tingkat Sekolah Dasar (SD) meliputi permasalahan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) seperti cacingan, diare, karies gigi, gangguan gizi (kurang gizi, kelebihan gizi, anemia) serta masalah kesehatan lain yang terkait dengan sanitasi dasar (air bersih, toilet, serta pengelolaan limbah) yang tidak sesuai dengan standar kesehatan (Aidha et al., 2023).

PHBS adalah langkah preventif dan promotif dalam meningkatkan kesehatan seseorang. Harapannya perilaku itu bisa dijadikan teladan bagi semua orang, termasuk anak-anak yang masih sekolah. Ada banyak hal yang bisa memengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat, seperti kebiasaan di rumah, lingkungan masyarakat, sekolah, kurangnya contoh teladan dari guru, dan individu yang bersangkutan.

Kebiasaan yang rutin dilakukan setiap hari belum berhasil meningkatkan kesadaran anak. Anak belum mampu melakukan tindakan yang diharapkan untuk memperlihatkan kesehatan, kecerdasan, dan keceriaan yang dimiliki anak (Julianti, R, Nasirun & Wembrayarli, 2018).

Sekolah dianggap sebagai target utama dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan pendidikan. Ini dikarenakan ada banyak data yang menunjukkan bahwa beberapa penyakit yang sering menyerang anak sekolah (usia 6-10) muncul. Konsekuensi lain dari PHBS yang kurang diterapkan adalah terciptanya suasana belajar yang tidak kondusif akibat lingkungan sekolah yang kotor, serta penurunan semangat dan hasil belajar siswa. Maka, implementasi nilai-nilai PHBS di lingkungan sekolah perlu dilakukan dengan pendekatan UKS (Dayani et al., 2022).

Masalah utama kesehatan yang dihadapi oleh penduduk Desa Bulusari, terutama di Dusun Pakem, adalah lingkungan yang kurang sehat dan sering berdebu karena adanya tambang pasir di wilayah tersebut. Menurut survei di Desa Bulusari, Dusun Pakem, sejumlah anggota keluarga mengalami sakit batuk pilek (63,2%) dan (80,6%) mengalami dampak kesehatan akibat perubahan iklim ekstrim. Disamping itu, (65,1%) ketidaktahuan tentang kesehatan terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menjadi masalah kesehatan yang harus segera diselesaikan.

Usulan solusi untuk menangani masalah tersebut adalah dengan mengadakan program penyuluhan tentang penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan melibatkan siswa dari SDN Bulusari 1. Langkah implementasinya meliputi pemilihan sasaran penyuluhan yang tepat, yaitu siswa SDN Bulusari 1, guru, dan masyarakat sekitar sekolah untuk mendorong praktik perilaku hidup bersih dan sehat guna menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. Dengan melakukan ini, diharapkan PHBS dapat meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan setiap individu untuk menerapkan PHBS di lingkungan, keluarga, sekolah, dan masyarakat.

METODE

Pendekatan partisipatif akan digunakan untuk menyelesaikan masalah kemitraan terkait penerapan hidup bersih dan sehat (PHBS). Tim pengusul akan berkolaborasi dengan lembaga pendidikan untuk mengatur program penyuluhan mengenai implementasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS).

Cara-cara dalam mengatasi masalah di bidang kesehatan melalui penyuluhan implementasi pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Langkah-langkah tersebut mencakup: (1) Identifikasi Lokasi dan Evaluasi Kebutuhan: Melakukan survei terhadap target audiens untuk memastikan materi penyuluhan diterima dengan baik dan bisa dijalankan oleh mereka, (2) Perencanaan Program: Merancang rencana penyuluhan PHBS yang terperinci termasuk desain poster dan leaflet yang berfokus pada penerapan PHBS khusus untuk anak-anak. (3) Penyuluhan kesehatan PHBS melibatkan partisipasi masyarakat, (3) Penyuluhan memberikan pengetahuan tentang hidup bersih dan sehat, (4) Monitoring kegiatan penyuluhan dan kesehatan masyarakat oleh perangkat desa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyuluhan PHBS di Dusun Pakem dilakukan di SDN Bulusari 1 pada Sabtu, 18 November 2023. 38 siswa dari kelas 6 SDN Bulusari 1 ikut serta dalam kegiatan di ruang kelas. Tim mempersiapkan peralatan, poster, materi, dan lain-lain. Mereka dibagi menjadi beberapa tugas dan siap untuk memulai tugas individu mereka. Penyuluhan diberikan kepada siswa SDN Bulusari 1 untuk meningkatkan pemahaman tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Tim pengabdian kepada masyarakat STIKES Arrahma Mandiri Indonesia menyampaikan materi penyuluhan. Peserta amat bersemangat saat mendengarkan isi dari pembicara yang memberikan materi. Isi materi tersebut meliputi: (1) Cara mencuci tangan yang benar, (2) Mencuci tangan sebelum dan setelah makan dengan sabun, (3) Etika batuk yang benar, (4) Gaya hidup sehat, (5) Menjaga kebersihan lingkungan, dan (6) Diskusi dan tanya jawab antara narasumber dan peserta (siswa SDN Bulusari 1).



(a)

(b)

Gambar 1. (a) & (b) Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan melibatkan siswa SDN Bulusari 1

Agar peserta tetap fokus pada materi, narasumber akan memberikan pertanyaan dan doorprize sebagai insentif. Peserta sangat antusias dalam meraih doorprize. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ditutup dengan mengambil foto bersama antara mahasiswa dan dosen bersama peserta (siswa SDN Bulusari 1). Keterlibatan dalam program pengabdian masyarakat di Desa Bulusari telah membawa kemajuan berarti dalam meningkatkan pemahaman dan pengetahuan mengenai praktik hidup sehat dan bersih, melibatkan partisipasi aktif dari penduduk Desa, terutama siswa SDN Bulusari 1. Hasil ini diperkuat oleh penjelasan bahwa pengetahuan adalah faktor predisposisi terjadinya perilaku seseorang. Memberikan penyuluhan kesehatan kepada anak sekolah adalah cara penting untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk perilaku mereka (Hidayat et al., 2023).

Dalam teori, gaya hidup yang bersih dan sehat dapat memengaruhi kesehatan seseorang, oleh karena itu, penting untuk diamalkan sehari-hari. Pengetahuan merupakan faktor yang dapat membentuk perilaku yang dapat dipengaruhi oleh proses belajar dan lingkungan. Pengetahuan tentang prinsip-prinsip hidup bersih dan sehat dapat memengaruhi tindakan-tindakan individu dan berpengaruh pada keadaan kesehatan mereka. Kesehatan anak-anak perlu diperhatikan karena mereka adalah calon pewaris bangsa yang vital. Anak-anak termasuk dalam kelompok yang rentan terhadap berbagai gangguan kesehatan dan

sangat membutuhkan orang tua. Meskipun begitu, anak-anak memiliki potensi besar untuk dipengaruhi dan diberi motivasi agar membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Merubah perilaku orang dewasa sulit dilakukan, tetapi memberikan pengetahuan bisa mengubah perilaku anak dengan mudah (Urbaningrum et al., 2022).

Pengabdian di Desa Bulusari, terutama di SDN Bulusari 1, tidak hanya mempromosikan keberlanjutan lingkungan dengan penyuluhan PHBS, tetapi juga meningkatkan kesejahteraan kesehatan melalui peningkatan pengetahuan, partisipasi, dan praktik hidup bersih dan sehat. Program ini menyatukan elemen-esensi dalam pembangunan berkelanjutan dengan menciptakan keseimbangan antara lingkungan, kesehatan, dan kearifan lokal.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat di SDN Bulusari 1, dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman dan pengetahuan mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat bagi siswa SDN Bulusari 1. Penyuluhan PHBS di SDN Bulusari 1 menggunakan poster untuk mengingatkan pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Kerjasama dengan instansi terkait seperti Pendidikan, kesehatan, dan desa diperlukan untuk mendukung program penyuluhan secara berkelanjutan agar program serupa dapat dilanjutkan di sekolah-sekolah sekitarnya guna membentuk perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Aidha, Z., Mardhiyah, L., Manalu, G. P. H., Nisha, D. M., & Putri, K. A. (2023). Analisis Pelaksanaan Kegiatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Program Uks Di Sekolah Dasar. *Menara Medika*, 5(2), 193–201. <https://doi.org/10.31869/mm.v5i2.3967>.
- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. N. (2013). Penyuluhan Dan Praktik PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) Dalam Mewujudkan Masyarakat Desa Peduli Sehat. *Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1), 45–50.
- Dayani, T. R., Pradikta, H. Y., & Rizkiana, A. (2022). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Serta Pentingnya Menjaga Kesehatan Diri Dan Kebersihan. *Al-Mu'awanah : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 142–150.

- Hidayat, C. T., A. N. C., Nurrahman, F., Nafilatulbalqis, N., U, C. F., L, Z. H., Lestari, D. P., Ningsih, R., Alfioni, D. R., H, A. R., Wulandari, T. M., Damayanti, I. Y., & F, T. B. (2023). Penyuluhan PHBS Pada Anak Sekolah Dasar di SDN 1 Dukuhmencek Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Pengabdian Teknologi Informasi Dan Kesehatan (DIANKES)*, 1(1), 25–31. <https://doi.org/10.47134/diankes.v1i1.6>
- Julianti, R, Nasirun, & W. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(1), 11–17. www.dinkes.go.id
- Septyasari, A. F., Nita Febriana, Norvanandhita Ardiana A., Nur Aini Khasanah, Paramita Endang, Prima Wijayanti, Puput Kumalasari, & Rini Lestari. (2023). A Penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) di SD Negeri 3 Kaligayam Kecamatan Wedi Kabupaten Klaten. *WASATHON Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(02). <https://doi.org/10.61902/wasathon.v1i02.630>.
- Urbaningrum, V., Lambogo, D. A., Wahyuni, Sinta, Elfiana, Asriandini, Lambe, A. S., Pawakang, V., Kalsum, U., Utami, I. G. A. G., Fitrahaitunnufus, J, S. A., Towesu, A., & Wahyuni, C. (2022). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa SDN Balaroa 2 Desa Uwemanje Kecamatan Kinovaro. *AMMA :Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 146–149.