

**PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)
DI SMA NEGERI 13 BANDAR LAMPUNG****Usastiawaty Cik Ayu Saadiah Isnainy¹, M. Arifki Zainaro², Linawati Novikasari³,
Lidya Aryanti⁴, Prima Dian Furqoni⁵**^{1,2,5} DIII Keperawatan Universitas Malahayati Bandar Lampung^{3,4} S1 Keperawatan Universitas Malahayati Bandar Lampung

Email: usastiawatycasi@gmail.com; m.arifkiz@yahoo.com

ABSTRAK

Upaya masyarakat mengatasi penyakit menular, masih berorientasi pada penyembuhan penyakit, hal ini dirasa kurang efektif karena banyak mengeluarkan biaya. Upaya yang lebih efektif adalah memelihara dan meningkatkan kesehatan dengan berperilaku hidup sehat. Namun, hal ini ternyata belum disadari sepenuhnya oleh masyarakat. PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari-hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat. Terdapat langkah-langkah berupa edukasi melalui pendekatan pemuka atau pimpinan masyarakat, pembinaan suasana dan juga pemberdayaan masyarakat dengan tujuan kemampuan mengenal dan tahu masalah kesehatan yang ada di sekitar terutama pada tingkatan rumah tangga sebagai awal untuk memperbaiki pola dan gaya hidup agar lebih sehat. Tujuan setelah penyuluhan, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswa SMA Negeri 13 Bandar Lampung tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan menggunakan leaflet dan lembar balik. Terdapat peningkatan pengetahuan pada siswa di SMA Negeri 13 Bandar Lampung terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Dengan demikian, pemberian penyuluhan pada siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat sangat bermanfaat.

Kata Kunci: PHBS, siswa, penyuluhan**ABSTRACT**

Community efforts to overcome infectious diseases, are still oriented towards healing diseases, this is considered less effective because it costs a lot. A more effective effort is to maintain and improve health by living a healthy life. However, this has not been fully realized by the public. PHBS is a social engineering that aims to make as many members of the community as possible agents of change in order to be able to improve the quality of daily behavior with the aim of clean and healthy living. There are steps in the form of education through community leaders or leaders approach, atmosphere development and also community empowerment with the aim of being able to recognize and know the health problems around especially at the household level as a start to improve

patterns and lifestyle to be healthier. The aim after counseling is expected to increase the knowledge of SMA Negeri 13 Bandar Lampung students about clean and healthy living behavior. The activities carried out in the form of counseling using leaflets and leaflets. There is an increase in students' knowledge at SMA Negeri 13 Bandar Lampung on clean and healthy living behavior. Thus, giving counseling to students about clean and healthy living behavior is very beneficial for students.

Keywords: PHBS, Students, Counseling

1. Pendahuluan

Perilaku hidup bersih sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai pola hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur - jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. Ada berbagai informasi yang dapat dibagikan seperti materi edukasi guna menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat (Suci, 2019; Fatmawati, 2019).

Upaya masyarakat mengatasi penyakit menular, masih berorientasi pada penyembuhan penyakit, hal ini dirasa kurang efektif karena banyak mengeluarkan biaya. Upaya yang lebih efektif adalah memelihara dan meningkatkan kesehatan dengan berperilaku hidup sehat. Namun, hal ini ternyata belum disadari sepenuhnya oleh masyarakat (Amalia, 2009; Ikhwanudin, 2013).

PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari - hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat. Terdapat langkah - langkah berupa edukasi melalui pendekatan pemuka atau pimpinan masyarakat, pembinaan suasana dan juga pemberdayaan masyarakat dengan tujuan kemampuan mengenal dan tahu masalah kesehatan yang ada di sekitar terutama pada tingkatan rumah tangga sebagai awal untuk memperbaiki pola dan gaya hidup agar lebih sehat (Sari & Guspianto, 2019; Zainaro, 2019).

PHBS adalah semua perilaku kesehatan yang dilakukan karena kesadaran pribadi sehingga keluarga dan seluruh anggotanya mampu menolong diri sendiri pada bidang kesehatan serta memiliki peran aktif dalam aktivitas masyarakat. Kebersihan merupakan faktor yang sangat berpengaruh pada kesehatan tubuh terutama anak-anak, karena anak-anak sangat rentan terhadap penyakit (Maulana, 2009; Sari, 2019).

PHBS sangat bermanfaat di lingkungan sekolah, agar terwujudnya sekolah yang bersih dan sehat sehingga siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai ancaman penyakit, meningkatkan semangat proses

belajar mengajar yang berdampak pada prestasi belajar siswa, citra sekolah sebagai institusi pendidikan semakin meningkat sehingga mampu menarik minat orang tua dan dapat mengangkat citra dan kinerja pemerintah dibidang pendidikan, serta menjadi percontohan sekolah sehat bagi daerah lain (Aldiman, 2019; Wenda, 2019)

Berdasarkan hasil survey kesehatan yang sudah dilakukan pada tanggal 14 Juni 2019 di SMA Negeri 13 Bandar Lampung, dan mendapatkan hasil bahwa, masalah Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan hal yang tampak menjadi mayoritas masalah. Mengingat masalah PHBS sangat mempengaruhi kesehatan individu atau masyarakat bila tidak menjadi perhatian semua pihak serta tanpa penatalaksanaan yang baik maka dapat mengancam jiwa dan status kesehatan. Diharapkan terjadi perubahan perilaku dalam menanggapi masalah yang terjadi, dan perilaku itu dapat terwujud jika ada pemahaman dari masyarakat. Dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai PHBS, Dosen Prodi Keperawatan Universitas Malahayati mengadakan penyuluhan pendidikan kesehatan tentang Perilaku Hidup Bersih di SMA Negeri 13 Bandar Lampung dengan harapan dapat mengetahui apa itu PHBS dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga terbentuk perilaku sehat.

2. MASALAH

Alasan saya memilih tempat penyuluhan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 13 Bandar Lampung ialah kurang lebih 80 % keluarga besar (siswa/i) sekolah tersebut tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Karena mereka belum mengetahui tentang pentingnya kesehatan dan tentang PHBS, dimana tujuan umum dalam kegiatan diharapkan agar peserta dapat mengetahui tentang PHBS dan dapat memahami pentingnya kesehatan. Dan tujuan khusus dalam kegiatan yaitu peserta mengerti dan memahami pengertian PHBS, mengerti dan memahami cara menerapkan PHBS, mengerti dan memahami dampak jika PHBS tidak dilakukan sehari-hari, dan mengetahui penyakit-penyakit yang mungkin timbul jika tidak menerapkan PHBS.



Gambar 2.1 Lokasi Penyuluhan Kesehatan SMA Negeri 13 Bandar Lampung

3. METODE

1. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planing, persiapan penyajian leaflet , tempat dan alat - alat lainnya disiapkan oleh pihak Sekolah Menengah Atas Negeri 13 Bandar Lampung. Pembuatan leaflet dimulai pada hari senin tanggal 11 Juni 2019, pada tanggal 14 Juni 2019 dilakukan pengecekan untuk persiapan penyuluhan kesehatan PHBS yang akan dilaksanakan tanggal 18 Juni 2019.

2. Tahap Pelaksanaan

Acara ini dengan pemberitahuan kepada siswa/i SMA Negeri 13 Bandar Lampung oleh salah satu pihak pengurus sekolah tersebut. Dan dilanjutkan penyuluhan kesehatan tentang PHBS pada siswa/i SMA Negeri 13 Bandar Lampung.

4. Evaluasi

1) Struktural

a. Pelaksanaan kegiatan pendidikan kehehatan tentang PHBS ini dilaksanakan oleh dosen DIII dan S1 Keperawatan Universitas Malahayati Bandar Lampung. Dengan menggunakan persiapan seperti: LCD , Laptop, Sabun dan Lap untuk tangan /Tissue, Pulpen, Kertas absensi Dan Snack.

2) Proses

Proses pelaksanaan kegiatan pendidikan kesehatan tentang PHBS dapat berjalan dengan lancar, meskipun agak terlambat dari waktu yang telah ditetapkan berhubungan dengan kehadiran peserta penyuluhan. Akan tetapi setelah kegiatan tersebut berlangsung Siswa SMA Negeri 13 Bandar Lampung, peserta terlihat sangat antusias terhadap kegiatan tersebut, sebanyak 90% peserta memahami materi tersebut.

3) Hasil

Setelah dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan tentang PHBS pada Siswa SMAN 13 Bandar Lampung dapat mengetahui mengenai PHBS dan penatalaksanaan di sekolah. Sebanyak 100% peserta paham mengenai PHBS.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 18 Juni 2019 di SMA Negeri 13 Bandar Lampung. Pelaksanaan penyuluhan ditujukan pada siswa/i. Media dan alat yang disediakan berupa LCD, Laptop dan leaflet. Dan metode yang digunakamn adalah ceramah dan tanya jawab atau evaluasi mengenai kesehatan. Berikut gambar pelaksanaan penyuluhan:



"Perilaku hidup bersih dan sehat



Gambar 5.1 Peserta penyuluhan PHBS



Gambar 5.2 Menjelaskan materi tentang PHBS



Gambar 5.3 praktek membiasakan cuci tangan

6. KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan Penyuluhan PHBS di SMA Negeri 13 Bandar Lampung yang dilaksanakan Senin, 18 Juni 2019 antara lain Seluruh peserta 100% penyuluhan mampu memahami pengertian, tujuan, manfaat, indicator, cara mengaplikasikan dan menjalankan dari PHBS.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Aldiman, A. (2019). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Murid Di SD Negeri Ujong Pulo Cut Kecamatan Bakongan Timur Tahun 2019* (Doctoral dissertation).
- Amalia, I. (2009). *Hubungan antara pendidikan, pendapatan dan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) pada pedagang hidangan istimewa kampung (hik) di pasar kliwon dan jebres kota Surakarta* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Fatmawati, T. Y., Ariyanto, A., & Nurfitriani, N. (2019). PKM Peningkatan Perilaku Hidup Sehat Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Jambi. *J-Dinamika*, 4(1).
- Ikhwanudin, A. (2013). Perilaku Kesehatan Santri:(Studi Deskriptif Perilaku Pemeliharaan Kesehatan, Pencarian dan Penggunaan Sistem Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan Lingkungan Di Pondok Pesantren Assalafi Al Fithrah, Surabaya). *Jurnal Sosial dan Politik*, 2(2), 3.
- Sari, R. E., & Guspianto, E. W. (2019). Penyuluhan Dan Praktik Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Komunitas Adat Terpencil (KAT) Di Desa Bukit Suban Kecamatan Air Hitam Kabupaten Sarolangun. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 1(1), 19-27.
- Sari, T. W. (2019). Upaya Promosi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Di Sdn 102 Rumbai Kota Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 3(3), 166-173.
- Suci, K. S. (2019). Upaya Mewujudkan Perilaku Sehat Kolektif Pada Program Sanitasi Total Berbasis Masyarakat (STBM) (Doctoral dissertation, Universitas Andalas).
- Wenda, D. (2019). Hubungan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Kejadian Diare Pada Siswa Kelas Iv-V Sd Negeri Jambangan I Kecamatan Jambangan Kota Surabaya (Doctoral dissertation, Universitas Merdeka Surabaya).
- Zainaro, M. A., Wandini, R., & Novikasari, L. (2019). Pendidikan Kesehatan Terhadap Perilaku Masyarakat Tentang Cuci Tangan Di Posyandu Kelapa Tiga Permai Gedong Air, Bandar Lampung. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 2(1), 89-94.