

**PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA
SEKOLAH DI SMA NEGERI 17 BANDAR LAMPUNG**

**Gusti Ayu Rai Saputri*, Anggy Amelia Nurzula Dara, Anggy Ariyanca,
Anisa Nur Pratiwi, Aniss Salma Dzikriani, Lintang Imtitsal Nabila,
Rama Dalita, Risha Wulandari**

Program Studi Farmasi Universitas Malahayati

* Email Korespondensi Penulis: gustiarra46@gmail.com

ABSTRACT

Clean and healthy living behavior in the school environment is a set of behaviors practiced by students, teachers, and the school community as a result of learning. Problems that arise in public high schools show that students do not practice PHBS such as rarely washing hands with running water and soap, rarely using healthy latrines, rarely throwing garbage in its place so that there are several cases of disease occurrences such as diarrhea, intestinal worms, typhoid, and so on. indigestion. This study aims to identify the description of PHBS in students in public high schools. This study uses a quantitative descriptive research design. The population in this study were tenth graders (X) at SMAN 17 Bandar Lampung, totaling 109 This study uses the PHBS questionnaire instrument in schools. Data were analyzed using mean values and presented in a frequency distribution. The results of observations before counseling showed that of the respondents as many as (32%) students already knew about clean and healthy living behavior, and respondents (68%) students still did not know how to behave in a clean and healthy life. PHBS for these students must be further improved by empowering UKS in collaboration with nurses at the nearest puskesmas by conducting counseling about PHBS.

Keywords: School Health Counseling, Hygiene, PHBS

ABSTRAK

Perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah sebagai hasil pembelajaran. Permasalahan yang muncul di sekolah menengah atas negeri menunjukkan siswa/siswi tidak melakukan PHBS seperti jarang melakukan cuci tangan dengan air mengalir dan sabun, jarang menggunakan jamban sehat, jarang membuang sampah pada tempatnya sehingga terjadi beberapa kasus kejadian penyakit seperti diare, cacangan, typhoid, dan maag. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi gambaran PHBS pada siswa/siswi di sekolah menengah atas negeri. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi pada penelitian ini adalah siswa/siswi kelas sepuluh (X) di SMAN 17 Bandar Lampung yang berjumlah 109. Penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner PHBS di sekolah. Data dianalisis dengan menggunakan nilai mean dan disajikan dalam distribusi frekuensi. Hasil observasi sebelum penyuluhan menunjukkan bahwa dari responden yaitu sebanyak (32%)

siswa/siswi sudah mengetahui dalam berperilaku hidup bersih dan sehat, dan responden sebanyak (68%) siswa/siswi masih belum mengetahui cara berperilaku hidup bersih dan sehat. PHBS pada siswa/siswi ini harus lebih ditingkatkan lagi dengan cara pemberdayaan UKS bekerjasama dengan perawat yang ada di puskesmas terdekat dengan melakukan penyuluhan tentang PHBS.

Kata Kunci : Penyuluhan Kesehatan Sekolah, Kebersihan, PHBS

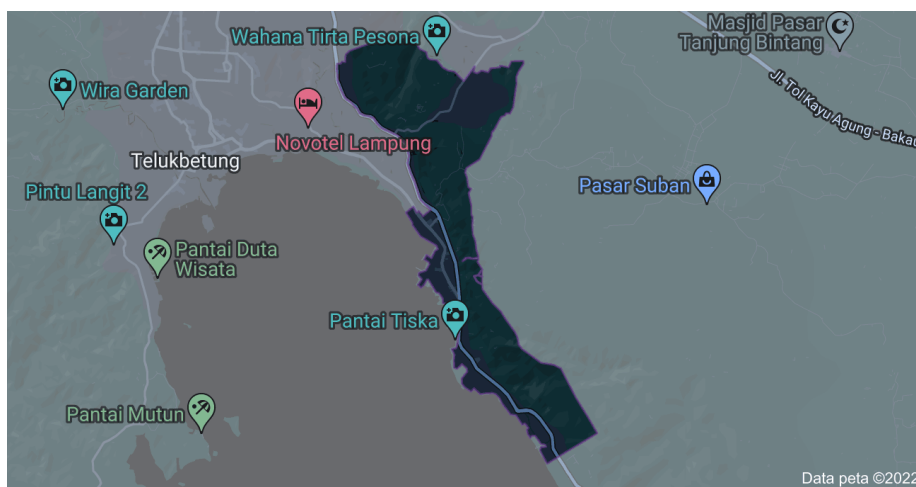
PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan individu/kelompok dapat menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan masyarakat.

Pengertian perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Sekolah sehat adalah sekolah yang mampu menjaga dan meningkatkan kesehatan masyarakat sekolah dan untuk pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan anak sekolah melalui berbagai upaya Kesehatan. Menyadari bahwa perilaku adalah sesuatu yang rumit, perilaku tidak hanya menyangkut dimensi kultural yang berupa sistem nilai dan norma, melainkan juga dimensi ekonomi yaitu hal-hal yang mendukung perilaku. Maka penyuluhan kesehatan dan PHBS diharapkan dapat melaksanakan strategi yang bersifat paripurna (komprehensif), khususnya dalam menciptakan perilaku baru.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah bentuk perwujudan paradigma sehat dalam budaya perorangan, keluarga, dan masyarakat yang berorientasi sehat, bertujuan untuk meningkatkan, memelihara, dan melindungi kesehatannya baik fisik, mental, spiritual, maupun sosial. Selain itu juga program perilaku hidup bersih dan sehat bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, kelompok, keluarga, dengan membuka jalur komunikasi, informasi, dan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku sehingga para Siswa/i kelas Sepuluh (X) di SMA N 17 yang berjumlah 109 agar mengetahui tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan Sehat.

Secara administrasi Kecamatan panjang merupakan salah satu bagian dari wilayah Bandar Lampung, provinsi Lampung yang dekat dengan laut (lihat pada gambar dibawah). Masyarakat kelurahan pidada kecamatan panjang masih banyak yang belum mengetahui tentang informasi kesehatan. Terkesan acuh terhadap kebersihan lingkungan, maka dari itu kami ingin memberikan edukasi tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat dengan target sasaran kami yakni siswa/i SMAN 17 Bandar Lampung.



Gambar 1. Denah Lokasi Kecamatan Panjang

MASALAH

Edukasi ini dilakukan untuk membantu masyarakat dalam memahami pentingnya pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan observasi lingkungan yang telah dilakukan dari beberapa hari sebelumnya kami melihat masih kurangnya perhatian masyarakat terhadap kebersihan lingkungan. Berdasarkan hasil observasi, diperoleh banyak informasi dari berbagai sumber dengan menggunakan metode survei berupa diskusi, wawancara pada kader dan masyarakat lainnya. Didapatkan hasil wawancara, bahwa mereka cukup banyak yang belum mengetahui bahayanya lingkungan yang tidak bersih karna dapat menimbulkan gejala penyakit. Banyak kasus yang terjadi menyatakan bahwa terdapat pasien yang menderita diare. Maka dari itu penyusun mengajukan program yang nantinya diharapkan kebiasaan masyarakat di kelurahan Pidada yang terlalu menyepelekan kebersihan lingkungan dan minimnya pengetahuan

masyarakat itu sendiri tentang bahayanya lingkungan yang tidak bersih jadi diharapkan nantinya siswa/i dapat menyebarkan informasi kepada masyarakat agar dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Sehingga masyarakat di Kelurahan Pidada dapat mengurangi risiko terjadinya gejala penyakit lainnya yang dapat ditimbulkan dari kurangnya kebersihan lingkungan. Contohnya seperti tidak tersedianya tempat pembuangan sampah, tidak tersedia saluran air meskipun ada tetapi keadaannya kotor karna terdapat penyumbatan oleh sampah. Hal tersebut dapat menimbulkan udara yang tidak sehat karena udara kotor dan berbau.

METODE

Penyuluhan dilakukan kepada Siswa-Siswi SMA N 17 Bandar Lampung. Kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada 12 Agustus 2022. Acara penyuluhan dilaksanakan Secara *Out Door* yang dilengkapi peralatan audiovisual berupa pengeras suara. Materi PHBS diberikan dengan metode yang disesuaikan dengan usia anak Sekolah Menengah Atas. Materi lebih banyak memberikan contoh-contoh yang terjadi di lingkungan sekolah, lingkungan keluarga, lingkungan tempat kerja, dan lingkungan tempat umum.

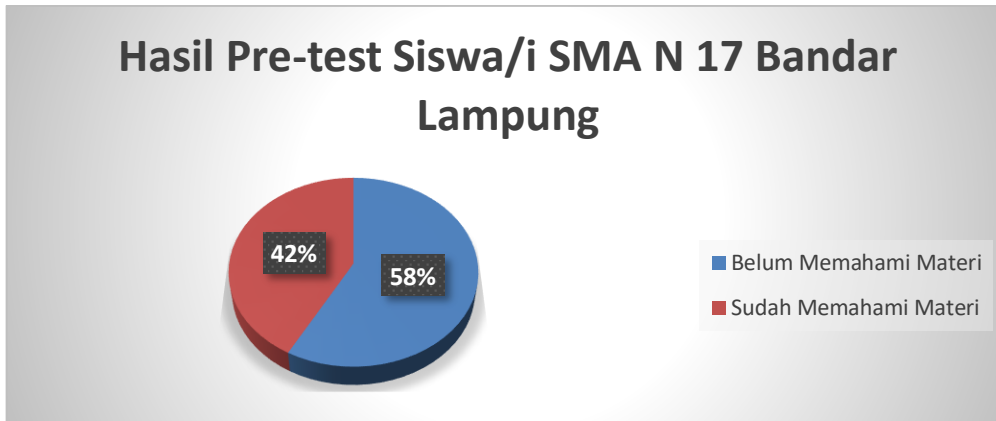
Metode pendekatan yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Jenis penelitian pada pengabdian masyarakat kali ini adalah Pre- Experiment Design Pre-test–Post-test Design yaitu suatu penelitian yang dilakukan pada suatu kelompok yang diberi perlakuan/intervensi pendidikan kesehatan dengan metode penyuluhan yang dinilai sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Selanjutnya dibandingkan hasil dari pre dan post test-nya. Sasaran program penelitian sebanyak 109 siswa/i SMA N 17 Bandar Lampung kelas 10. Variabel dan instrumen penelitian yaitu tingkat pengetahuan siswa/i Kelas 10 dan kuesioner yang terdiri dari 10 pertanyaan tentang PHBS .
2. Metode Ceramah/Penyuluhan : Metode ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan tentang PHBS kepada siswa dan siswi SMA N 17 Bandar Lampung. Dalam ceramah diuraikan tentang pengertian PHBS dan contoh – contoh perilaku yang sesuai dengan prinsip PHBS baik di sekolah maupun di lingkungan rumah dll . Materi yang disampaikan saat sesi ceramah meliputi :

- (a) Menjaga kesehatan diri, pada materi ini dipaparkan tentang pentingnya menjaga kesehatan diri melalui kegiatan mandi, sikat gigi, memakan makanan sehat, pentingnya sarapan pagi, olah raga teratur, tidur yang cukup dan pentingnya memakai pakaian yang bersih,
 - (b) Kantin sehat, pada materi ini disampaikan tentang apa jenis makanan yang baik untuk kesehatan dan makanan yang buruk untuk kesehatan, diajarkan agar siswa bisa menjaga kesehatan diri dengan tidak membeli makanan dari penjual yang tidak diketahui kualitas barang dagangannya dan pentingnya mencuci tangan sebelum mengkonsumsi makanan di kantin sekolah atau di warung sekitar sekolah,
 - (c) Lingkungan yang sehat, pada materi ini disampaikan kepada siswa tentang pentingnya menjaga kesehatan lingkungan untuk menjaga kesehatan yang meliputi membuang sampah pada tempatnya dan kemampuan untuk memilah jenis sampah. Siswa juga diajarkan untuk menerapkan prinsip PHBS di lingkungan keluarga agar masyarakat bisa meniru perilaku hidup yang sehat.
3. Metode tanya jawab atau diskusi : setelah sesi ceramah/Penyuluhan, 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 sebagai apresiasi siswa/i karena sudah dapat menjawab pertanyaan dari Penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

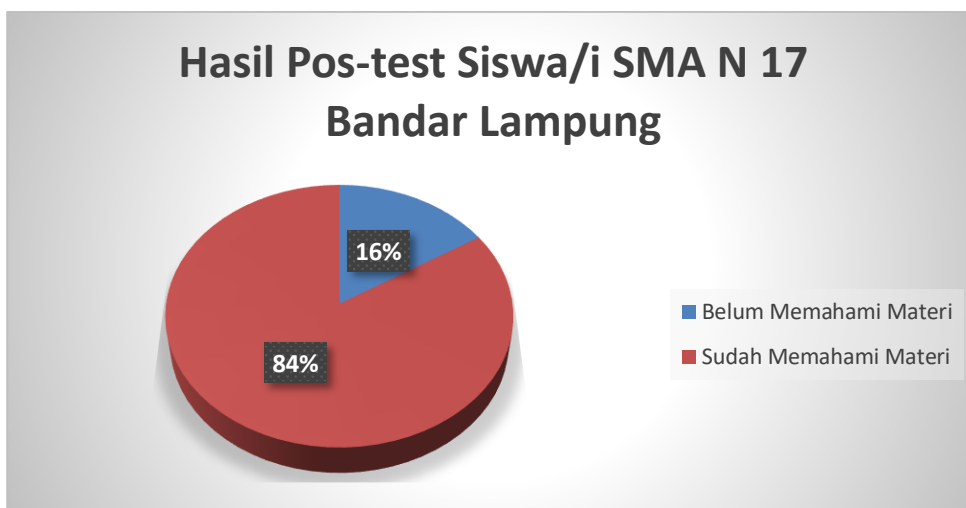
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat kali ini diawali dengan melakukan registrasi peserta penyuluhan seperti absensi kehadiran. Dari hasil yang didapatkan, yaitu sebanyak 109 peserta penyuluhan yang hadir diambil dari siswa/i kelas X (Sepuluh) di SMA Negeri 17 Bandar Lampung. Selanjutnya sebelum sesi penyampaian materi tim penyuluhan membagikan kertas *pretest* guna mengetahui tingkat pengetahuan sebelum penyampaian materi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.



Gambar 2. Hasil pretest siswa

Hasil dari pengamatan pretest perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dapat disimpulkan bahwa di lingkungan sekolah pada siswa/i kelas X (Sepuluh) SMA Negeri 17 Bandar Lampung berada pada kriteria kurang, Hal tersebut di pengaruhi oleh beberapa faktor, sesuai pendapat Notoatmojo (2010: 25) yang mengemukakan bahwa 1) faktor yang mempengaruhi hidup sehat adalah makanan dan minuman seperti kebiasaan sarapan pagi serta kebersihan makanan. 2) Faktor perilaku terhadap kebersihan diri terdiri dari mandi, membersihkan mulut (gosok gigi), tangan kaki serta kebersihan pakaian. 3) Faktor perilaku terhadap kebersihan lingkungan yang terdiri dari kebersihan kamar, kebersihan rumah dan kebersihan lingkungan. 4) Faktor perilaku terhadap sakit dan penyakit terdiri dari pemeliharaan kesehatan, pencegahan terhadap penyakit, rencana pengobatan serta pemulihan kesehatan. 5) Faktor keseimbangan antara kegiatan istirahat dan olah raga.

Selanjutnya adalah penyampaian materi oleh salah satu anggota perwakilan dari tim penyuluhan. Materi mengenai pengertian perilaku hidup bersih dan sehat, bagaimana pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, tatanan perilaku hidup bersih dan sehat, serta contoh dari masing-masing tatanan perilaku hidup bersih dan sehat. Setelah selesai penyampaian materi tim penyuluhan memberikan kertas pos-test yang dimana tujuannya adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa/i di SMA N 17 Bandar Lampung setelah dilakukannya penyuluhan, didapati hasil sebagai berikut.



Gambar 3. Hasil postest siswa

Dengan demikian dapat disimpulkan hasil dari penyuluhan pada 109 responden pada Siswa/i di SMA Negeri 17 Bandar Lampung berhasil, terlihat bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum (pre) dan sesudah (pos) diberikan penyuluhan. Hal ini berarti tindakan promosi kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan responden tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat khususnya pada lingkungan sekolah.

Selanjutnya kami memberikan doorprize kepada para peserta yang dapat menjawab pertanyaan kami dan memberikan pertanyaan kepada kami, mayoritas peserta siswa/i di SMA N 17 Bandar Lampung antusias mereka untuk berpartisipasi dalam acara ini. Kemudian kegiatan dilanjutkan dengan dilanjutkan dengan sesi foto bersama para peserta penyuluhan beserta kepala sekolah dan jajarannya.



Gambar 4. Pengisian Pre-test sebelum



Gambar 5. Penyampaian Materi

penyampaian materi.



Gambar 6. Pengisian Pos-test setelah penyampaian materi



Gambar 7. Pemberian Doorprize



Gambar 8. Sesi Foto Bersama Peserta Penyuluhan



Gambar 9. Sesi Foto Bersama Kepala Sekolah

KESIMPULAN

Pengabdian Masyarakat merupakan sarana bagi mahasiswa untuk belajar dan berlatih memecahkan berbagai masalah kemasyarakatan secara langsung dan praktis, khususnya dalam masalah yang berkaitan dengan pengembangan disiplin ilmu yang ditekuninya dan memecahkan masalah yang nyata melalui teknis. Adapun hasil yang didapat dari kegiatan ini adalah penyuluhan memberikan peningkatan pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dari 42% menjadi sebanyak 84% kepada Siswa/i di SMA Negeri 17 Bandar Lampung, Kecamatan Panjang.

DAFTAR PUSTAKA

Julianti, Ratna. 2018. PELAKSANAAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI LINGKUNGAN SEKOLAH, Jurnal Ilmiah Potensia, 2018, Vol 3. (2), 11-17.

PHBS Sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat. Kementrian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat, 2016.