PENDAMPINGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SDN 2 DAN SDN 3 LUMBUNG

Ni Putu Octaviani Elisa Putri[1], Afifah Husna Gusmiati[2], Jassica Sarimba Randan[3], Ni Komang Trivika Ayu Sarini[4], Yuniatri Woli[5], Tirta Ayu Ginawi[6], Dionisia Marcelina Freitas Belo[7], Dewi Aprilia Siskowati[8], Ni Putu Dyah Krismawintari[9], Ni Putu Widya Astuti[10]

[1,2,10] Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Dhyana Pura; [3,4]Program Studi Perekam Informasi Kesehatan, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Dhyana Pura; [5,6,7]Program Studi Fisioterapi, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Dhyana Pura; [8]Program Studi Biologi, Fakultas Kesehatan dan Sains, Universitas Dhyana Pura; [9]Program Studi Manajemen, Fakultas Bisnis, Pariwisata, Pendidikan dan Humaniora, Universitas Dhyana Pura
Email: (21120701031@undhirabali.ac.id)

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu strategi pembangunan nasional yang bertujuan untuk menciptakan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat pada masyarakat. Salah satu sasaran PHBS adalah sekolah. Tujuan pendampingan PHBS di sekolah adalah untuk meningkatkan kesadaran siswa, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah agar menerapkan pola hidup yang bersih dan sehat untuk menciptakan sekolah sehat yang mendukung proses belajar dan mengajar. Metode pelaksanaan kegiatan yaitu berupa sosialisasi yang terdiri dari penyampaian materi, penayangan video animasi, sesi tanya jawab, dan pemasangan poster PHBS di lingkungan sekolah. Materi yang disampaikan adalah cara mencuci tangan yang baik dan benar, cara sikat gigi yang baik dan benar, konsumsi makanan gizi seimbang, berolahraga secara teratur, membuang sampah pada tempatnya, dan penggunaan jamban yang bersih dan sehat. Peserta dalam pendampingan PHBS adalah siswa-siswi kelas 1-6 di SDN 2 Lumbung dan SDN 3 Lumbung. Peserta pendampingan tampak aktif dan antusias dalam mengikuti kegiatan. Hal itu terlihat dari kemampuan peserta dalam menjawab pertanyaan dan mempresentasikan kembali di depan kelas.

Kata kunci: pendampingan, PHBS, sekolah, Desa Lumbung

1. Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Husna & Marcellia, 2019). Munculnya sebagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai PHBS disekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pedekatan usaha kesehatan Sekolah (UKS) (Kemensos RI, 2020).

PHBS disekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu dan mau serta mampu mempraktikan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Kegiatan PHBS ini juga akan mendukung program/kegiatan pemerintah dibidang penilaian sekolah Adiwiyata

(Taryatman, 2016). Program PHBS di sekolah penting untuk diterapkan oleh siswa-siswi demi menjaga kesehatan mereka di masa pandemi. Contoh perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, olahraga teratur, hingga memberantas jentik nyamuk. Manfaat PHBS di lembaga pendidikan dan lingkungan sekitar yang perlu ketahui yaitu meningkatkan kesadaran masyarakat untuk giat menjalankan hidup bersih dan sehat, mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan di masyarakat, menciptakan lingkungan yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup masyarakat, membiasakan murid dan pihak sekolah menjalani pola hidup sehat di lingkungan belajar, menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat agar proses belajar dan mengajar berjalan lancar, serta menjaga kesehatan murid dan pihak sekolah lainnya (Kemendikbud, 2021). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perilaku kesehatan yang negatif dapat meningkatkan kerentanan seseorang menderita penyakit. Sebaliknya, perilaku kesehatan yang positif dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian serta meningkatkan atau menjaga kesejahteraan dan aktualisasi diri seseorang (Aprilia Mega Rosdiana, 2019). Untuk terwujudnya PHBS ditatanan sekolah perlu untuk diupayakan terutama untuk meningkatkan kesadaran diri yaitu peserta didik, dengan di dukung adanya sarana dan prasarana (Nurfadillah, 2020). Peserta didik dapat dikatakan sasaran yang paling tepat dalam konteks perubahan perilaku, pengetahuan dan kebiasaan berprilaku hidup sehat. Peserta didik merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga bisa berpengaruh pada proses, perkembangan serta prestasi belajar peserta didik (Sugiritama et al., 2021).

Lumbung adalah sebuah desa di Kecamatan Selemadeg Barat dengan luas wilayah 1.730Ha/km2 atau sekitar 5% luas kabupaten Tabanan. Adapun jumlah siswa di SDN 2 Lumbung sebanyak 40 orang dan SDN 3 Lumbung sebanyak 48 orang. Tujuan dilakukan pendampingan tentang PHBS di tatanan sekolah untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak Sekolah Dasar di Desa Lumbung serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari guna terhindar dari penyakit.

2. Metode

Sasaran trategi dalam kegiatan ini yaitu Siswa SDN 2 dan 3 Lumbung, Kecamatan Salamadeg Barat, Kabupaten Tabanan, Provinsi Bali. Siswa pada SDN 2 Lumbung berjumlah 40 orang dan di SDN 3 Lumbung berjumlah 48 orang yang akan memperoleh materi sosialisasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Tujuan dilakukan pendampingan tentang PHBS di tatanan sekolah adalah untuk meningkatkan pengetahuan anak-anak Sekolah Dasar di Desa Lumbung serta menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari guna terhindar dari paparan penyakit.

Metode yang digunakan yaitu ceramah, diskusi, tanya jawab dan tutorial. Pelaksana memberikan materi dalam bentuk ceramah dengan bantuan power point yang berisikan materi.

3. Hasil dan Pembahasan

Pelaksanaan pendampingan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar Negeri 2 dan 3 Lumbung disambut dengan baik oleh kepala sekolah dan guru-guru karena dirasakan memang sebagian besar siswa belum menerapkan pola hidup yang bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun di rumah. Siswa yang mengikuti kegiatan ini berasal dari kelas 1 sampai 6 dengan jumlah 40 orang siswa untuk SDN 2 Lumbung dan 48 orang

siswa untuk SDN 3 Lumbung, yang didampingi oleh Kepala Sekolah dan beberapa Guru. Siswa mengikuti ceramah dengan antusias karena tertarik dengan gambar-gambar dan video animasi yang bertemakan PHBS. Hal tersebut terlihat dari kemampuan siswa dalam menjawab pertanyaan dan mempresentasikan kembali di depan kelas. Foto kegiatan saat ceramah bisa dilihat pada gambar 1, dan 2.

Gambar 1. Sosialisasi PHBS di SDN 2 Lumbung menggunakan sesi ceramah

Setelah sesi ceramah dengan penayangan gambar dan video animasi dilanjutkan dengan mengukur tingkat pemahaman siswa terkait materi yang disampaikan melalui sesi tanya jawab dan diskusi. Tanya jawab dan diskusi diikuti dengan antusias oleh siswa. Kegiatan tanya jawab seperti yang terlihat ada gambar.

Gambar 2. Sosialisasi PHBS di SDN 3 Lumbung menggunakan sesi ceramah

Berdasarkan pelaksanaan pendampingan yang telah dilakukan tentang pola hidup bersih dan sehat di Sekolah Dasar Negeri 2 dan 3 Lumbung yang diikuti oleh siswa, terdapat hasil yang dicapai sebagai berikut:

a. Menambah pengetahuan dan pemahaman siswa tentang prinsip–prinsip perilaku hidup bersih dan sehat.

b. Siswa memiliki kesadaran, kemauan dan kemampuan untuk menjalankan dan menerapkan prinsip-prinsip perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun di lingkungan keluarga.
c. Mengubah sikap siswa tentang pentingnya menerapkan prinsip-prinsip perilaku hidup bersih dan sehat.
d. Dan tahap selanjutnya, siswa diharapkan menjadi agen perubahan untuk menyebarkan pengetahuan tentang PHBS pada lingkungan keluarga dan masyarakat luas.

4. Simpulan

Pendampingan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangat penting dilaksanakan, karena siswa SDN 2 dan SDN 3 Lumbung sangat rentan mengalami masalah kesehatan baik di lingkungan sekolah maupun di luar sekola. Metode pendampingan yang dilakukan melalui penyampaian materi dan penayangan video animasi diterima dengan baik oleh siswa dan secara efektif mampu meningkatkan pengetahuan siswa. Metode sosialisasi yang dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan pemasangan poster di lingkungan sekolah mampu merubah pandangan siswa, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah tentang pentingnya menerapkan prinsip-prinsip PHBS dalam kehidupan sehari-hari untuk menciptakan lingkungan sekolah sehat dan untuk peningkatan kualitas hidup masyarakat Desa Lumbung.

5. Daftar Rujukan

Aprilia Mega Rosdiana. 2019. *S*osialisasi Gerakan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *15*(2):1–23.

Ayu, S. M., Kurniawan, A., Ahsan, A. Y., & Anam, A. K. 2018. Peningkatan Kesehatan melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sejak Dini di Desa Hargomulyo Gedangsari Gunung Kidul, *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyaraka*t, 2(1):20.

BKKBN. 2023. *Disusun oleh: Tim Penyusun Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional.* Available from: https://kampungkb.bkkbn.go.id/kampung/10524/intervensi/519927/sosialisasi-phbs

Husna, I., & Marcellia, S. 2019. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa SD Negeri 5 Teluk Pandan Kabupaten Pesawaran Provinsi Lampung. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati*, *2*(1).

Kemendikbud. 2021. *Disusun oleh: Tim Penyusun Direktorat Sekolah Dasar*. Available from: http://ditpsd.kemdikbud.go.id/

Kemensos RI. 2022. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS); PenguatanKapabilitas Anak dan Keluarga. Available from: https://kemensos.go.id/perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-phbs-penguatan-kapabilitas-anak-dan-keluarga.

Kemenkes. 2016. PHBS. Available from: https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs

Nurfadillah, A. R. 2020. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Pada Masa Adaptasi Kebiasaan Baru (New Normal) Clean and Healthy Living Behavior in School During the Adaptation of New Habits (New Normal*)*. 1–5. Available from: http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jpkm/index

Sugiritama, I. W., Wiryawan, I. G. N. S., Ratnayanthi, I. G. A. D., Arijana, I. G. K. K., Linawati, N. M., & Wahyuniari, I. A. I. 2021. Pengembangan Pola Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Melalui Metode Penyuluhan, *Buletin*

Udayana Mengabdi, *20*(1): 64. https://doi.org/10.24843/bum.2021.v20.i01.p11

Taryatman. 2016. Untuk Membangun Generasi Muda Yang Berkarakter. *Taryatman*, *3*(1), 6. Available from: https://media.neliti.com/media/publications/259042-budaya-hidup-bersih-dan-sehat-di-sekolah-e30972f8.pdf