

Upaya Peningkatan Pengetahuan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Menciptakan Generasi Peduli Sehat pada Anak di SD Negeri 1 Laangke

Susi Sastika Sumi ^{1*}, Yusnaeni ², Nurafriani ³, Mika Sugarni ⁴

^{1,2} Program Studi Profesi Ners, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia.

³ Program Studi S1 Ilmu Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin, Kota Makassar, Provinsi Sulawesi Selatan, Indonesia.

⁴ Program Studi D3 Kebidanan, Universitas Karya Persana Muna, Kabupaten Muna, Provinsi Sulawesi Tenggara, Indonesia.

Email: susisastika@stikesnh.ac.id ^{1*}, yusnaeny04@gmail.com ², afrianinur03@gmail.com ³, mikasugarni@gmail.com ⁴

Histori Artikel:

Dikirim 20 Oktober 2024; *Diterima dalam bentuk revisi* 20 November 2024; *Diterima* 17 Desember 2024; *Diterbitkan* 10 Januari 2025. Semua hak dilindungi oleh Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) STMIK Indonesia Banda Aceh.

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan perilaku yang harus dilakukan atas dasar kesadaran dari individu itu sendiri, kesadaran ini muncul jika ia memiliki pengetahuan tentang apa yang akan dilakukannya. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan pendidikan kesehatan kepada anak usia sekolah tentang perilaku hidup bersih dan sehat, agar tercipta generasi peduli sehat di SD Negeri 1 Laangke. Sasaran dari pengabdian masyarakat ini adalah para siswa/siswi. Pengabdian masyarakat dilaksanakan 1 hari. Metode yang digunakan berupa pretest, edukasi, dan posttest. Pre Test dilakukan untuk mengetahui pengetahuan awal para siswa/siswi tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Kemudian dilakukan edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang diaplikasikan dalam keseharian di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah tempat tinggal masing-masing. Setelahnya itu dilakukan Post Test. Post Test dilakukan untuk mengetahui hasil edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada anak demi terciptanya generasi peduli sehat.

Kata Kunci: Balita; Generasi Peduli Sehat; Pengetahuan; Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Abstract

Clean and healthy living behavior is a behavior that must be carried out based on the awareness of the individual himself, this awareness arises if he has knowledge about what he will do. The purpose of this community service is to provide health education to school-age children about clean and healthy living behavior, in order to create a healthy caring generation at SD Negeri 1 Laangke. The target of this community service is students. Community service is carried out for 1 day. The methods used are pretest, education, and posttest. The Pre Test is carried out to determine the initial knowledge of students about clean and healthy living behavior. Then education is carried out about clean and healthy living behavior that is applied in everyday life in the school environment and in the home environment where each person lives. After that, a Post Test is carried out. The Post Test is carried out to determine the results of education about clean and healthy living behavior in children in order to create a healthy caring generation.

Keyword: Toddlers; Healthy Caring Generation; Knowledge; Clean and Healthy Living Behavior.

1. Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian tindakan yang harus diterapkan oleh seluruh lapisan masyarakat untuk menciptakan lingkungan sehat, meningkatkan kualitas kesehatan, serta mencegah penyakit (Sulistyowati, 2019). Kebiasaan ini sangat dianjurkan untuk diterapkan sejak usia dini, seperti pada anak-anak usia sekolah, demi terciptanya generasi yang peduli terhadap kesehatan. Contoh perilaku yang termasuk dalam PHBS untuk anak usia sekolah meliputi mencuci tangan dengan benar, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, mengonsumsi jajanan sehat, berolahraga secara teratur, tidak merokok di sekolah, membuang sampah pada tempatnya, memberantas jentik nyamuk, menggunakan masker, menimbang berat badan, dan mengukur tinggi badan (Buntara & Karima, 2023). Anak-anak yang menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari akan tumbuh menjadi pribadi yang sehat, cerdas, dan tidak mudah terserang penyakit, demikian pula sebaliknya (Ruhardi & Yuliansar, 2021). Menurut laporan *World Health Organization (WHO)*, 2016), penyakit diare setiap tahunnya menjadi penyebab kematian bagi 100.000 anak Indonesia akibat konsumsi jajanan yang tidak sehat. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak belum sepenuhnya dapat menerapkan PHBS. PHBS juga sangat berhubungan dengan tujuan dan pencapaian dari Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), sehingga PHBS menjadi inti dalam Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga. Perilaku hidup bersih dan sehat harus dilakukan atas dasar kesadaran individu, yang timbul apabila seseorang memiliki pengetahuan mengenai tindakan yang akan dilakukannya (Nasiatin & Hadi, 2019). Evaluasi program PHBS dapat dilihat dengan menggunakan data *Risikesdas* dari tahun 2008, 2013, dan 2018. Hasil *Risikesdas* menunjukkan bahwa secara umum, program PHBS belum memberikan hasil yang optimal. Pada *Risikesdas* pertama, terdapat lima provinsi yang memiliki nilai PHBS di atas rata-rata nasional (11,2%), yaitu DKI Jakarta (23,2%), Bali (17,2%), Riau (16,9%), DIY (16,0%), dan Kalimantan Timur (14,7%). Sementara itu, Provinsi Sulawesi Tenggara belum termasuk dalam kategori tersebut.

SD Negeri 1 Laangke, yang terletak di Kabupaten Buton Utara, Sulawesi Tenggara, memiliki karakteristik sosial dan ekonomi yang khas. Anak-anak di sekolah ini berasal dari berbagai latar belakang sosial ekonomi, dengan akses yang berbeda-beda terhadap fasilitas kesehatan dan pendidikan. Di sekolah, anak-anak belum terbiasa mencuci tangan dengan baik, baik sebelum maupun setelah makan. Sebagian besar anak-anak sudah membiasakan mandi dua kali sehari, namun beberapa siswa masih mandi hanya sekali. Kebersihan lingkungan sekolah, termasuk sanitasi toilet, pembuangan sampah, dan kebersihan ruang kelas, sangat penting. Meskipun halaman sekolah terlihat tertata rapi dan bersih, sampah bekas makanan masih terlihat berserakan di bagian belakang dan samping kelas. Ketersediaan dan kualitas air bersih untuk minum dan mencuci tangan masih kurang. Di sekolah hanya tersedia dua tempat cuci tangan, sementara air untuk minum hanya tersedia jika siswa membeli air mineral di kantin. Pola makan anak-anak di sekolah, termasuk keberagaman makanan dan kecukupan gizi, belum memadai. Tidak ada program makanan sehat di sekolah, dan anak-anak sering membawa bekal yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Anak-anak cukup terlibat dalam aktivitas fisik, seperti olahraga dan permainan luar ruangan, yang penting untuk kesehatan dan perkembangan mereka. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan memberikan informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan anak-anak mengenai perilaku hidup bersih dan sehat, yang kemudian dapat diterapkan secara sadar dalam kehidupan sehari-hari. Anak-anak usia sekolah sudah mampu memproses informasi yang diberikan oleh lingkungan sekitar, misalnya dari para guru atau teman sebayanya di sekolah (Romadonika *et al.*, 2022). Berdasarkan penelitian tersebut, tim pengabdian masyarakat dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin melakukan kegiatan pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak di SD Negeri 1 Laangke, dengan tujuan menciptakan generasi yang peduli terhadap kesehatan.

1.1. Tujuan Kegiatan

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat dikalangan anak usia sekolah sehingga dapat tercipta generasi peduli sehat.

1.2. Manfaat Kegiatan

Manfaat kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh tim adalah peningkatan pengetahuan dan kemampuan anak usia sekolah tentang perilaku hidup bersih dan sehat yang diaplikasikan di lingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal.

2. Metode

2.1. Bentuk Kegiatan & Jadwal, Serta Tempat Kegiatan

a. Metode Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan ini dimulai dengan persiapan materi edukasi kesehatan yang disusun sesuai dengan tingkat pemahaman anak-anak. Modul yang dirancang bertujuan untuk memudahkan siswa dalam memahami pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Sosialisasi juga dilakukan kepada pihak sekolah dan guru untuk memastikan tujuan kegiatan dipahami dengan baik. Selanjutnya, edukasi kesehatan disampaikan melalui penyuluhan langsung kepada siswa dengan metode ceramah interaktif dan permainan edukatif yang mendorong partisipasi aktif. Materi yang diberikan mencakup kebersihan pribadi, pola makan sehat, dan pentingnya aktivitas fisik. Sebagai sarana pendukung, media visual seperti poster, brosur, dan video pendek digunakan untuk memperkuat pemahaman siswa. Semua materi ini dipajang dan dibagikan di tempat strategis di sekolah agar dapat diakses secara berkelanjutan oleh siswa. Setelah pelaksanaan, evaluasi dilakukan untuk mengukur pemahaman siswa melalui kuis dan diskusi kelompok. Berdasarkan hasil evaluasi, umpan balik diberikan untuk meningkatkan pemahaman dan penerapan perilaku hidup sehat. Kegiatan ini diakhiri dengan penandatanganan komitmen oleh siswa untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, dengan harapan kebiasaan positif yang terbentuk dapat diterapkan secara berkelanjutan.

b. Waktu Efektif Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilakukan pada tanggal 19 Juni 2024 pukul 09.00 - 11.00 Wita.

c. Tempat Kegiatan

Lokasi pengabdian ini di SD Negeri 1 Laangke, Kabupaten Buton Utara, Provinsi Sulawesi Tenggara, seperti pada gambar 1 dibawah ini.



Gambar 1. Map Lokasi Kegiatan

3. Hasil dan Pembahasan

3.1 Hasil Pelaksanaan Pengabdian

Pengabdian kepada masyarakat merupakan upaya yang dilakukan untuk menyebarkan pengetahuan, khususnya kepada anak-anak usia sekolah. Kegiatan ini berhasil memberikan perubahan positif terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa di SD Negeri 1 Laangke melalui edukasi yang disampaikan oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat disampaikan dalam satu hari, dengan materi yang mencakup tinjauan kebiasaan siswa baik di lingkungan sekolah maupun di rumah. Sebelum kegiatan dimulai, para siswa mengisi daftar hadir dan kuesioner pretest untuk menilai pemahaman awal mereka mengenai topik yang akan disampaikan. Selanjutnya, materi edukasi disampaikan melalui ceramah, yang kemudian dilanjutkan dengan diskusi serta penjelasan mengenai cara mengimplementasikan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah maupun rumah. Kegiatan edukasi diakhiri dengan pemberian kuesioner posttest kepada siswa untuk mengukur peningkatan pemahaman setelah diberikan edukasi. Evaluasi peningkatan pengetahuan dilakukan dengan menggunakan metode quasi-experiment. Keberlanjutan program ini akan dilaksanakan melalui pelayanan kesehatan masyarakat di Kabupaten Buton Utara.



Gambar 2. Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat

3.2 Masyarakat Sasaran

Masyarakat yang menerima hasil pengabdian ini adalah siswa/siswi SD Negeri 1 Laangke dengan dampak secara langsung dari hasil kegiatan pengabdian ini berupa kemampuan para siswa/siswi menyebutkan jenis tindakan yang tidak boleh dilakukan di lingkungan sekolah karena akan berdampak pada kondisi kesehatannya, selain itu juga siswa/siswi mampu menyebutkan jenis perilaku hidup bersih dan sehat yang harus dilakukan setiap harinya di lingkungan sekolah maupun lingkungan tempat tinggal agar tercipta generasi peduli sehat.

3.3 Pembahasan

Pada awal pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, pengetahuan siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih tergolong rendah. Sebagian besar siswa/siswi berada dalam kategori kurang, yang menunjukkan kurangnya informasi terkait penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mulyadi *et al.* (2018), yang menyatakan bahwa banyak anak yang belum mengetahui tindakan apa saja yang perlu dilakukan untuk menjaga kebersihan dan kesehatan, terutama karena kurangnya informasi yang diberikan oleh pihak sekolah maupun petugas kesehatan. Selain itu, rendahnya kesadaran akan pentingnya PHBS juga berkontribusi terhadap kurangnya pengetahuan siswa (Mulyadi *et al.*, 2018). Kegiatan pengabdian masyarakat di SD Negeri 1 Laangke mencakup berbagai aspek dari perilaku hidup bersih dan sehat, yang perlu diterapkan baik di lingkungan sekolah maupun di rumah. Edukasi mengenai PHBS difokuskan pada upaya membentuk kebiasaan konsisten di kalangan siswa

agar mereka dapat mengaplikasikan perilaku tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil evaluasi, penggunaan media seperti leaflet dan presentasi PowerPoint bergambar animasi terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman siswa. Media yang interaktif ini mampu menarik perhatian anak-anak, yang kemudian meningkatkan fokus mereka dan mempermudah proses pemahaman informasi (Buntara & Karima, 2023; A'yun, Suminar, & Maulani, 2021).

Penyampaian informasi yang menarik melalui media visual sangat berpengaruh terhadap hasil pembelajaran kesehatan. Seperti yang dijelaskan oleh A'yun *et al.* (2021), pendidikan kesehatan bertujuan untuk menanamkan pengetahuan yang dapat membentuk sikap dan pada gilirannya memengaruhi perilaku siswa. Hal ini juga didukung oleh penelitian Mulyadi *et al.* (2018), yang menunjukkan bahwa media yang menyertakan gambar, teks, dan suara dapat meningkatkan daya tarik dan pemahaman audiens terhadap materi yang disampaikan. Dengan menggunakan media yang tepat, pendidikan kesehatan menjadi lebih variatif, menarik, dan menyenangkan bagi siswa. Evaluasi posttest yang diberikan setelah pelaksanaan edukasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan di kalangan siswa. Sebagian besar siswa/siswi dapat dengan tepat menjelaskan perilaku hidup bersih dan sehat yang perlu diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan memberikan contoh tindakan yang harus dilakukan, yang menunjukkan efektivitas metode edukasi ini (Romadonika *et al.*, 2022; Nasiatin & Hadi, 2019). Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan bahwa edukasi yang dilakukan dengan cara yang menarik dan menggunakan media yang tepat mampu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai PHBS, serta mendorong mereka untuk mengimplementasikan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang upaya peningkatan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat untuk menciptakan generasi peduli sehat pada anak di SD Negeri 1 Laangke dapat disimpulkan bahwa para siswa/siswi sangat antusias dan tertarik dengan adanya kegiatan ini karena siswa/siswi mengalami peningkatan pengetahuan dalam melakukan mengaplikasikan perilaku hidup bersih dan sehat walaupun belum secara keseluruhan para siswa/siswi mampu melakukan.

5. Daftar Pustaka

- Aeni, N., & Yuhandini, D. S. (2018). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan media video dan metode demonstrasi terhadap pengetahuan sadari. *Jurnal care*, 6(2).
- A'yun, S. Q., Suminar, E., & Maulani, F. E. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Indonesian Journal of Professional Nursing*, 1(2), 6-12. <https://doi.org/10.30587/ijpn.v1i2.2289>.
- Buntara, A., & Karima, U. Q. (2023). Education on clean and healthy living behavior for elementary school students. *Community Empowerment*, 8(9), 1313–1320. <https://doi.org/10.31603/ce.9188>.
- Kadiyono, A. L., & Harding, D. (2019). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Berwawasan Lingkungan pada Siswa SD Desa Cipacing dan Cilayung-Jatinangor. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*, 8(4), 244-248.

- Mulyadi, M. I., Warjiman, W., & Chrisnawati, C. (2018). Efektivitas pendidikan kesehatan dengan media video terhadap tingkat pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (JKSI)*, 3(2), 1–9. <https://doi.org/10.51143/jksi.v3i2.111>.
- Nasiatin, T., & Hadi, I. N. (2019). Determinan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sekolah dasar negeri. *Faletehan Health Journal*, 6(3), 118–124. <https://doi.org/10.33746/fhj.v6i3.111>.
- Riskesdas, K. (2018). Hasil utama riset kesehata dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1-200.
- Romadonika, F., Nursukma Purqoti, D., Wasliah, I., & Assuaro Soliha, S. (2022). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa kelas V MIN 1 Lombok Tengah. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 11(2), 86–90. <https://doi.org/10.57267/jisym.v11i2.113>.
- Ruhardi, A., & Yuliansar, D. (2021). Hubungan PHBS dengan Kejadian Diare pada Balita. *Jurnal Pengabdian Inovatif*, 2(1), 16-25.
- Sari, I. P. T. P. (2013). Pendidikan kesehatan sekolah sebagai proses perubahan perilaku siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2). <https://doi.org/10.21831/jppi.v9i2.3017>.
- 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(1), 14-21.
- Sulistyowati, I. (2022). Implementation of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in Household Arrangement. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 4(3), 461-466. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v4i3.1201>.
- Tentama, F. (2017). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) demi kesejahteraan masyarakat Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang Jawa Tengah. *Jurnal Pemberdayaan: Publikasi Hasil Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 13-18. <https://doi.org/10.12928/jp.v1i1.309>.
- World Health Organization. (2022). Water and sanitation for health facility improvement tool (WASH FIT): a practical guide for improving quality of care through water, sanitation and hygiene in health care facilities.