

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat untuk Siswa Sekolah Dasar Negeri 012 Kota Bangun Desa Sedulang Kecamatan Kota Bangun Darat

Umi Masrurotul Laeliy^{1*}, Mulyono Dwiantoro², Indra Kusuma³, Ananda Bintang Fernanda⁴, Supardi⁵, Marisa Fadilla⁶, Fajar Maulana⁷, Wanda Syadilla Husaini⁸, Onky Alexander Hermawan⁹

Universitas Kutai Kartanegara Tenggarong^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}

E-mail: umimasrurotullaily453@gmail.com*

Received:

2024 – 06 – 31

Revised:

2024 – 07 – 22

Accepted:

2024 – 07 – 30

Kata Kunci: *Penyuluhan; Perilaku Hidup Bersih dan Sehat; Siswa; SDN 012 Kota Bangun, Desa Sedulang*

Keywords: *Extension; Clean and Healthy Living Behavior; Student; SDN 012 Kota Bangun, Sedulang Village*

Abstrak: Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sangat penting untuk meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa dalam menjaga kebersihan dan kesehatan yang dilakukan di SDN 012 Kota Bangun, Desa Sedulang, Kecamatan Kota Bangun Darat. Masalah yang dihadapi adalah rendahnya pemahaman siswa tentang PHBS, yang berpotensi mengganggu kesehatan dan prestasi belajar mereka. Tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik siswa tentang PHBS melalui program penyuluhan yang komprehensif. Adapun metode yang diterapkan adalah pendekatan partisipatif. Siswa dilibatkan secara aktif melalui berbagai kegiatan seperti ceramah, diskusi, demonstrasi, dan praktik langsung. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan signifikan tentang pengetahuan dan praktik siswa mengenai PHBS. Penyuluhan ini terbukti efektif dan meningkatkan kesadaran dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan siswa. Program ini diharapkan dapat diimplementasikan secara berkelanjutan dan menjadi model bagi sekolah-sekolah lain di wilayah sekitarnya, sehingga siswa dapat mengembangkan kebiasaan baik dalam menjaga kebersihan dan kesehatan untuk meningkatkan kualitas hidup.

Abstract: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) counseling is very important to increase students' awareness and knowledge in maintaining cleanliness and health which is carried out at SDN 012 Kota Bangun, Sedulang Village, Kota Bangun Darat District. The problem faced is students' low understanding of PHBS, which has the potential to disrupt their health and learning achievement. The aim of this community service is to increase students' knowledge and practice about PHBS through a comprehensive outreach program. The method applied is a participatory approach. Students are actively involved through various activities such as lectures, discussions, demonstrations and direct practice. The results show a significant increase in students' knowledge and practice regarding PHBS. This counseling has proven to be effective and increases awareness in implementing clean and healthy living behavior among students. It is hoped that this program can be implemented sustainably and become a model for other schools in the surrounding area, so that students can develop good habits in maintaining cleanliness and health to improve the quality of life.*

Pendahuluan

Desa Sedulang terletak di Kecamatan Kota Bangun Darat, Kabupaten Kutai Kartanegara, Kalimantan Timur. Desa ini memiliki penduduk yang sebagian besar bekerja sebagai petani dan UMKM. Akses terhadap fasilitas kesehatan dan pendidikan di desa ini masih tergolong terbatas, sehingga banyak warga yang kurang mendapatkan informasi mengenai pentingnya kesehatan dan kebersihan lingkungan. Selain itu, infrastruktur di Desa Sedulang juga belum sepenuhnya memadai, dengan jalan yang sulit dilalui terutama saat musim hujan, serta terbatasnya akses terhadap air bersih.[1] Kondisi ini menyebabkan desa tersebut rentan terhadap berbagai penyakit menular yang disebabkan oleh kurangnya kesadaran masyarakat tentang pentingnya PHBS.

Penyuluhan PHBS di SDN 012 Kota Bangun Darat dilatarbelakangi oleh beberapa masalah kesehatan yang sering muncul di desa tersebut. Berdasarkan data dari Puskesmas setempat, banyak siswa yang mengalami masalah kesehatan seperti diare, infeksi saluran pernapasan atas (ISPA), dan cacangan. Penyebab utama dari masalah kesehatan ini adalah rendahnya kesadaran akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan siswa dan masyarakat secara umum.[2] Selain itu, kebiasaan mencuci tangan yang benar, penggunaan air bersih, dan pembuangan sampah yang tidak teratur menjadi tantangan besar di sekolah dan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, penyuluhan PHBS di sekolah ini dianggap sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan dan kebersihan diri serta lingkungannya.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian tindakan yang dilakukan oleh individu, keluarga, dan masyarakat untuk menjaga kesehatan diri dan lingkungannya, seperti kebiasaan mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, dan menggunakan air bersih.[3], [4] PHBS sangat penting untuk mencegah penyakit menular dan tidak menular, dan juga untuk meningkatkan kualitas hidup masyarakat.[5] Sekolah adalah tempat di mana banyak orang berkumpul dan memiliki kemampuan untuk mengubah kesehatan lingkungan mereka.[6] Oleh karena itu, penerapan PHBS di sekolah menjadi sangat penting.

Pembelajaran PHBS ini diberikan secara langsung dengan pendekatan partisipatif yang mencakup praktik langsung, diskusi kelompok, dan ceramah. Siswa menerima ceramah dasar tentang PHBS, dan mereka kemudian terlibat dalam kelompok diskusi untuk berbicara dan berbagi pengalaman tentang kebiasaan bersih dan sehat yang mereka lakukan setiap hari. Demonstrasi dan praktik bertujuan untuk menunjukkan praktik PHBS, seperti cara mencuci tangan dan membuang sampah yang baik dan benar. Selama penyuluhan berlangsung, kuesioner digunakan untuk menilai efektivitas proses.

Tujuan dari kegiatan penyuluhan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang PHBS serta mendorong mereka dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Dengan mengetahui lebih banyak tentang PHBS, siswa juga diharapkan dapat memahami pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan diri serta lingkungan sekitar mereka. Selain itu, penerapan PHBS di sekolah diharapkan dapat menciptakan lingkungan belajar yang

lebih sehat, yang memungkinkan mereka mempertahankan kesehatan secara berkelanjutan.

Metode Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilakukan di SDN 012 Kota Bangun, Desa Sedulang, Kecamatan Kota Bangun Darat (Gambar 1). Kegiatan ini berlangsung selama satu hari, tanggal 24 Juli 2024. Peserta kegiatan adalah siswa kelas 1 hingga kelas 6, dengan total peserta sebanyak 49 siswa. Latar belakang peserta yang terlibat beragam, namun sebagian besar memiliki pemahaman yang rendah tentang pentingnya PHBS.



Gambar 1. Lokasi kesampaian daerah KKN

Metode kegiatan yang diterapkan dalam penyuluhan ini adalah kombinasi dari dua pendekatan, yaitu Pelatihan Terkait PHBS dan Peningkatan Pemahaman Terhadap PHBS. Penjelasan kedua pendekatan tersebut adalah sebagai berikut:

1. Pelatihan Terkait PHBS

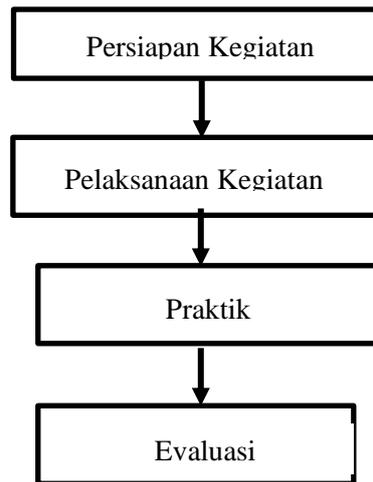
- a) Ceramah dan Diskusi: Materi disampaikan melalui ceramah interaktif yang melibatkan siswa dalam diskusi kelompok meliputi pentingnya mencuci tangan, menjaga kebersihan lingkungan, dan menjaga kebersihan jamban.
- b) Demonstrasi dan Praktik Langsung: Kegiatan ini dilakukan untuk menunjukkan cara mencuci tangan yang benar dan cara membuang sampah yang baik. Siswa kemudian melakukan praktik langsung untuk memperagakan apa yang telah dipelajari.

2. Peningkatan Pemahaman Terhadap PHBS

Pengawasan dan Evaluasi: Guru dan fasilitator secara berkala melakukan pengawasan dan evaluasi terhadap penerapan PHBS oleh siswa di sekolah dan di rumah.

Pelaksanaan kegiatan sampai dengan pengawasan dan evaluasi dapat dilihat

dalam diagram berikut.



Gambar 2. Diagram Proses Kegiatan

Prediksi Indikator Keberhasilan

1. Pelatihan Terkait PHBS

- a) Ceramah dan Diskusi: Keberhasilan diukur dari partisipasi aktif siswa dalam diskusi dan peningkatan pengetahuan berdasarkan *pre-test* dan *post-test*.
- b) Demonstrasi dan Praktik Langsung: Keberhasilan diukur dari kemampuan siswa melakukan praktik yang benar sesuai dengan materi yang telah diajarkan.

2. Peningkatan Pemahaman Terhadap PHBS

Pengawasan dan Evaluasi: Keberhasilan diukur dari konsistensi siswa dalam menerapkan PHBS di sekolah dan hasil evaluasi berkala.

Dengan metode pelaksanaan yang terstruktur dan kombinasi dari berbagai pendekatan ini, diharapkan kegiatan penyuluhan PHBS dapat mencapai tujuan yang telah ditetapkan dan memberikan dampak positif yang berkelanjutan bagi siswa di SDN 012 Kota Bangun.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan PHBS telah berhasil dilaksanakan dengan baik. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini menunjukkan peningkatan signifikan dalam pemahaman dan penerapan PHBS oleh siswa. Berikut adalah rincian hasil dan pembahasan dari pelaksanaan kegiatan tersebut:

Implementasi dan Solusi yang ditawarkan

Kegiatan penyuluhan PHBS ini melibatkan beberapa metode pelatihan, pendidikan berkelanjutan, dan kampanye kesadaran. Materi yang disampaikan mencakup pentingnya mencuci tangan, dan menjaga kebersihan lingkungan (Gambar 3).



Gambar 3. Penyampaian materi PHBS

Pelatihan dan Praktik Langsung Siswa diberikan pelatihan melalui ceramah dan diskusi interaktif. Demonstrasi dan praktik langsung tentang cara mencuci tangan yang benar dan teknik membuang sampah dilakukan di hadapan siswa. Implementasi ini berhasil karena siswa dapat langsung mempraktikkan apa yang mereka pelajari (Gambar 4).



Gambar 4. Praktik langsung cara mencuci tangan dan cara membuang sampah

Luaran dari Implementasi

Nilai peningkatan pemahaman dan praktik PHBS diukur melalui *pre-test* dan *post-test*, serta pengamatan langsung oleh guru dan fasilitator (Tabel 1).

Tabel 1. Hasil *Pre-test* dan *Post-test* Pengetahuan PHBS

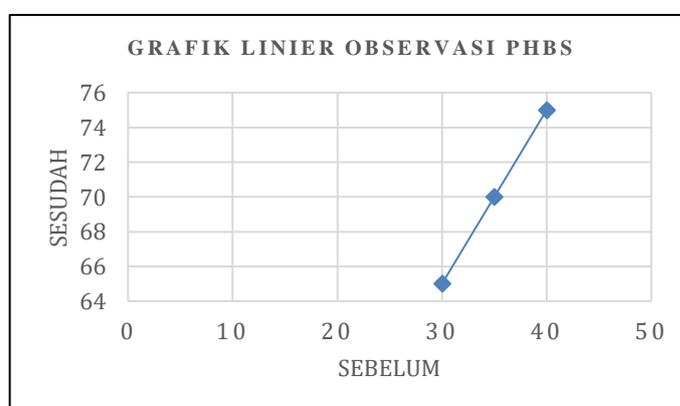
Tes	Rata-rata Nilai
<i>Pre-test</i>	40
<i>Post-test</i>	75

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa rata-rata pengetahuan siswa tentang PHBS berada pada angka 40. Setelah kegiatan penyuluhan, hasil *post-test* meningkat menjadi 75. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan signifikan dalam pemahaman siswa mengenai PHBS. Adapun nilai presentase observasi praktik PHBS yang meliputi tiga kategori dapat dilihat pada Tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Observasi Praktik PHBS oleh Siswa

Kategori PHBS	Sebelum (%)	Setelah (%)	Kenaikan (%)
Mencuci Tangan	40	75	53,3
Membuang Sampah	30	65	46,2
Menjaga Kebersihan Jamban	35	70	50,0

Observasi menunjukkan bahwa sebelum kegiatan penyuluhan, hanya 40% siswa yang rutin mencuci tangan dengan benar. Setelah penyuluhan, angka ini meningkat menjadi 75%. Demikian pula, kebiasaan membuang sampah pada tempatnya meningkat dari 30% menjadi 65%, dan menjaga kebersihan jamban meningkat dari 35% menjadi 70%. Secara visual dapat dilihat hubungan antara kegiatan sebelum dan sesudah pada tampilan grafik linier di bawah ini. Arah umum pada grafik ini menunjukkan meningkatnya kegiatan PHBS yang telah dilakukan.



Gambar 5. Grafik linier sebelum dan sesudah observasi PHBS

Faktor Pendukung dan Penghambat

A. Faktor Pendukung

- a. **Antusiasme Siswa:** Siswa sangat antusias mengikuti kegiatan penyuluhan, yang terbukti dari partisipasi aktif mereka dalam diskusi dan praktik.
- b. **Dukungan Sekolah:** Dukungan penuh dari pihak sekolah dalam bentuk fasilitas dan waktu pelaksanaan kegiatan sangat membantu keberhasilan program.

B. Faktor Penghambat

- a. **Keterbatasan Waktu:** Waktu yang tersedia untuk kegiatan penyuluhan relatif singkat sehingga materi harus disampaikan dengan sangat padat.
- b. **Perbedaan Tingkat Pemahaman:** Terdapat perbedaan tingkat pemahaman di antara siswa sehingga memerlukan pendekatan berbeda dalam penyampaian materi.

Indikator Keberhasilan Program

- a. **Peningkatan Pengetahuan:** Peningkatan rata-rata nilai dari *pre-test* ke *post-test* sebesar 25 poin menunjukkan keberhasilan dalam peningkatan pengetahuan siswa tentang PHBS.
- b. **Perubahan Perilaku:** Peningkatan persentase siswa yang menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, seperti mencuci tangan, membuang sampah, dan menjaga pola makan sehat, menunjukkan perubahan perilaku yang positif.
- c. **Respon Positif dari Siswa dan Guru:** Respon positif dari siswa dan guru terhadap kegiatan penyuluhan ini menunjukkan bahwa metode yang digunakan efektif dan dapat diterima dengan baik.

Kesimpulan

Hasil penyuluhan PHBS di SDN 012 Kota Bangun menunjukkan bahwa siswa mampu memahami dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat berdasarkan metode yang diterapkan. Keberhasilan program ini sangat bergantung pada dukungan sekolah dan dorongan siswa. Adapun keterbatasan waktu dan perbedaan dalam pemahaman siswa adalah masalah lain yang perlu ditangani. Secara keseluruhan, program ini berhasil mencapai tujuannya dan dapat digunakan sebagai model bagi program lain di sekolah.

Daftar Pustaka

- [1] "Kecamatan Kota Bangun Dalam Angka 2022," *Badan Pusat Statistik Kabupaten Kutai Kartanegara*, 2022. <https://kutaikartanegarakab.bps.go.id/> (accessed Apr. 03, 2024).
- [2] "Laporan Tahunan Kesehatan Masyarakat Desa Sedulang," *Puskesmas Kota Bangun Darat*, 2023. <https://puskesmaskotabangundarat.kemkes.go.id/>

- (accessed Apr. 03, 2024).
- [3] “Pedoman Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Rumah Tangga,” *Kementerian Kesehatan RI*. <https://www.kemkes.go.id/> (accessed Apr. 03, 2024).
 - [4] “Hand Hygiene: Why, How & When,” *World Health Organization*. <https://www.who.int/> (accessed Apr. 04, 2024).
 - [5] N. Nurhajati, “Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masyarakat Desa Samir dalam meningkatkan kesehatan masyarakat,” *Publiciana*, vol. 8, no. 1, pp. 107–126, 2015.
 - [6] A. Agustini, *Promosi kesehatan*. Deepublish, 2014.