



Peningkatan Pengetahuan Siswa Dalam Menciptakan PHBS di Tatanan Sekolah

Marini Iskandar^{1*}, Septiwiarsi², Mutianingsih³, Preti Rukmana⁴, Nicky Fadila⁵

¹STIKes Bhakti Husada Cikarang, Jalan RE Martadinata, Karangbaru, Cikarang Utara, 17530

*Email koresponden: iskandarmarini8@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history

Received: 29 Mei 2024

Accepted: 07 Agu 2024

Published: 31 Agu 2024

Kata kunci:

Cuci tangan,
Pengetahuan,
PHBS,
Sekolah.

Keywords:

Knowledge,
PHBS,
Washing hands,
School.

ABSTRAK

Pendahuluan: Kesehatan merupakan hal yang penting bagi setiap individu agar dapat melakukan seluruh aktivitas dengan baik. Kesadaran akan pentingnya kesehatan perlu ditanamkan di berbagai tatanan, termasuk di tatanan sekolah. Pemerintah memiliki peran dalam mengupayakan kesehatan bagi masyarakat khususnya anak dan remaja sehingga dapat tercipta masyarakat sehat. Studi ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS di tatanan sekolah. **Metode:** Ceramah, demonstrasi, pretest, dan posttest. **Hasil:** Terjadi peningkatan nilai pretest dan posttest tentang PHBS sebesar 40%, serta demonstrasi pretest dan posttest mencuci tangan sebesar 50%. **Kesimpulan:** Penyuluhan kesehatan tentang PHBS di tatanan sekolah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS dan cuci tangan 6 langkah.

ABSTRACT

Background: Health is important for every individual to be able to carry out all activities well. Awareness of the importance of health needs to be instilled in various settings, including in school settings. The government has a role in promoting health for the community, especially children and adolescents so that a healthy society can be created. This study aims to increase students' knowledge about PHBS in school settings. **Method:** Lecture, demonstration, pretest, and posttest. **Result:** There was an increase in pretest and posttest scores regarding PHBS by 40%, as well as pretest and posttest hand washing demonstrations by 50%. **Conclusion:** Health education about PHBS in school settings has proven to be effective in increasing students' knowledge about PHBS and 6 steps of hand washing.



© 2024 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hal yang penting bagi setiap individu agar dapat melakukan seluruh aktivitas dengan baik. Kesadaran akan pentingnya kesehatan perlu ditanamkan di berbagai tatanan, termasuk di tatanan sekolah. Pemerintah memiliki peran dalam mengupayakan kesehatan bagi masyarakat khususnya anak dan remaja sehingga dapat tercipta masyarakat sehat. Salah satu program yang dapat dilakukan untuk mengenalkan perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah adalah program promosi kesehatan melalui Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS mengupayakan kesehatan melalui pemeliharaan, pelayanan dan pendidikan. UKS bertujuan untuk membentuk kebiasaan PHBS sedini mungkin pada anak serta memberikan pengaruh terhadap lingkungannya (Huliantunisa, 2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk membiasakan diri melakukan perilaku hidup bersih dan sehat baik secara individu, kelompok maupun masyarakat luas melalui komunikasi sebagai media untuk berbagi informasi. Beragam informasi dapat dibagikan untuk menambah pengetahuan serta meningkatkan sikap dan perilaku terkait cara hidup yang bersih dan sehat (Arif et al., 2023; Vanessa et al., 2023). Penerapan PHBS di tatanan sekolah merupakan kebutuhan mutlak yang harus dilakukan seiring munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak dan remaja yang berada pada rentang usia sekolah (Irwan, 2018).

PHBS di lingkungan sekolah merupakan langkah pemberdayaan siswa, guru, dan masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga tercipta sekolah yang sehat. Kegiatan PHBS di lingkungan sekolah antara lain mencuci tangan pakai sabun sebelum dan sesudah makan, makan jajanan sehat, menggunakan toilet yang bersih dan sehat, berolahraga secara teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, tidak membuang sampah sembarangan, melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan sehat (Irwan, 2020; Salim et al., 2022). Manfaat PHBS secara keseluruhan adalah meningkatkan kesadaran masyarakat untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat. Hal ini penting agar masyarakat dapat mewaspadaai, mencegah, memprediksi dan mengatasi gangguan kesehatan yang mungkin terjadi. Lebih lanjut, melalui penerapan dan praktik PHBS diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat untuk meningkatkan kualitas hidupnya. Penerapan PHBS dapat memberikan manfaat di berbagai bidang, diantaranya sekolah, tempat kerja, rumah, dan masyarakat (Proverawati, 2012).

Banyak faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat, antara lain pola hidup keluarga, lingkungan masyarakat, sekolah, dan guru yang tidak memberikan teladan bagi siswanya dalam menerapkan PHBS. Sekolah merupakan lembaga pendidikan yang tercakup dalam PHBS, maka implementasi tindakan ini akan sangat berdampak bagi kesehatan siswa dan guru di lingkungan sekolah. Hal ini disebabkan karena banyak data yang menampilkan bahwa sebagian besar penyakit yang sering diderita siswa/siswi sekolah adalah berkaitan dengan PHBS. Gangguan masalah kesehatan yang sering timbul yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis, hingga gangguan dalam belajar dan juga masalah kesehatan umum (Febriani & Al, 2022).

Penilaian PHBS yang ditargetkan pada lingkungan sekolah, khususnya siswa sekolah menengah atas, jarang dilakukan. Siswa sekolah menengah atas memasuki masa remaja pertengahan (15 hingga 18 tahun). Tahapan ini identik dengan pencarian jati diri, dengan dorongan untuk mencari sesuatu yang dianggap berharga dan pantas dijunjung tinggi. Oleh karena itu, sekolah tidak hanya

berperan penting dalam pembinaan dan pendidikan, namun juga dalam penanaman nilai-nilai baik dalam pembentukan jati diri (Gainau, 2022).

Dari hasil penelitian yang dilakukan, menunjukkan bahwa masih terdapat siswa yang menderita penyakit kulit, rambut dan kukunya panjang dan tidak terawat, gigi berlubang, pakaiannya tidak bersih dan rapi, kurang serius dalam melaksanakan senam setiap jumat pagi, sering membuang sampah sembarangan, jajan sembarangan, dan tidak memperhatikan kebersihan jajanan (Zubaidah et al., 2017). Hasil penelitian tersebut juga dikuatkan dengan penelitian lainnya yang menegaskan bahwa rendahnya tingkat penerapan program PHBS dapat menurunkan kualitas lingkungan sekolah dan meningkatkan angka penyakit pada anak usia sekolah (Melva et al., 2013).

Penerapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan mutlak seiring munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak dan remaja yang berada pada rentang usia sekolah. PHBS di lingkungan sekolah merupakan langkah pemberdayaan siswa, guru, dan masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, sehingga tercipta sekolah sehat. Fenomena yang terjadi di SMKN I Cikarang Utara, bahwa penyebab siswa tidak melakukan PHBS di lingkungan sekolah dikarenakan kurangnya kesadaran siswa akan pentingnya menerapkan PHBS di tatanan lingkungan sekolah. Didukung dengan kurang adanya fasilitas yang menyangkut PHBS, seperti tempat sampah yang tidak ditempatkan di luar kelas, kurang tersedianya sarana peralatan olahraga, kurang tersedianya wastafel dan sabun di lingkungan sekolah sehingga siswa tidak terbiasa melakukan cuci tangan sebelum dan setelah makan. Selain itu kurangnya monitoring dari guru dan staf pendidik, serta tidak ada kebijakan dari sekolah yang ditunjukkan dengan tidak adanya kegiatan mencuci tangan sesudah makan dan setelah beraktifitas. Dengan mengacu pada permasalahan tersebut, maka edukasi terkait penerapan PHBS di tatanan sekolah sangatlah penting. Hal ini dilakukan dalam upaya meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa agar dapat mempraktekkan perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

METODE

Di SMK N 1 Cikarang Utara pada bulan Maret 2024, kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dengan meninjau lokasi dan bekerja sama dengan Kepala Sekolah dan Guru BK untuk mengevaluasi situasi dan menemukan masalah. Setelah itu, diputuskan untuk melakukan sosialisasi. Penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah berlangsung selama satu hari, dengan uraian kegiatan sebagai berikut:

- a. Kegiatan diawali dengan pre test
- b. Dilanjutkan dengan penyuluhan kesehatan tentang PHBS
- c. Demonstrasi cuci tangan 6 langkah
- d. Diakhir kegiatan dilakukan post test dan evaluasi kemampuan siswa dalam mencuci tangan melalui redemonstrasi cuci tangan oleh siswa.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan di SMKN 1 Cikarang pada tanggal 28 Maret 2014. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan terhadap siswa kelas XI dengan jumlah 23 orang. Sebelum dimulai kegiatan penyuluhan, dilakukan Pre Test dilanjutkan Proses penyuluhan dilakukan selama 45 menit oleh pemateri dilanjutkan dengan demonstrasi selama 10 menit selanjutnya kegiatan post test.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini diikuti oleh 23 siswa dengan didampingi guru kelas XI dari awal kegiatan sampai akhir kegiatan, dengan hasil :

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilaksanakan di SMKN 1 Cikarang pada tanggal 28 Maret 2014. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan terhadap siswa kelas XI dengan jumlah 23 orang. Sebelum dimulai kegiatan penyuluhan, dilakukan Pre Test dilanjutkan Proses penyuluhan dilakukan selama 45 menit oleh pemateri dilanjutkan dengan demonstrasi selama 10 menit selanjutnya. Kegiatan post test. Kegiatan ini diikuti oleh 23 siswa dengan didampingi guru kelas XI dari awal kegiatan sampai akhir kegiatan, dengan hasil:

Tabel 1. Nilai Pre dan Post Test Tingkat Pengetahuan Siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah

Variable	Mean	Median	Modus	SD	Min	Max
Pre Test	6.26	7	7	2.00	3	10
Post Test	10.00	10	9	2.15	6	14

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai pengetahuan pre test didapat nilai rata-rata 6.26 dengan median 7 dan standar deviasi 2.00. Sedangkan pengukuran nilai pengetahuan setelah diberikan penyuluhan tentang PHBS didapat bahwa nilai rata-rata pengetahuan 10.00 meningkat sebanyak 3.74 poin, peningkatan juga dilihat dari nilai median yang meningkat sebanyak 3 poin menjadi 10 dan standar deviasi menjadi 2.15. Dengan demikian data ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan para siswa terkait materi edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

Tabel 2. Nilai Pretest Nilai Pre dan Post Test Demonstrasi Cuci Tangan 6 Langkah

Variable	Mean	Median	Modus	SD	Min	Max
Pre Test	2.95	3.00	2	1.60	1	6
Post Test	5.60	6.00	6	0.83	3	6

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa nilai pre test sebelum dilakukan demonstrasi cuci tangan 6 langkah didapat nilai rata-rata 2.95 dengan median 3.00 dan standar deviasi 1.60. Sedangkan pengukuran nilai post test setelah diberikan demonstrasi tentang cuci tangan 6 langkah didapat bahwa nilai rata-rata 5.60 meningkat sebanyak 2.65 poin, peningkatan juga dilihat dari nilai median yang meningkat sebanyak 3.00 poin menjadi 6.00 dan standar deviasi menjadi 0.83. Dengan demikian data ini menunjukkan bahwa terjadi peningkatan sebelum dilakukan demonstrasi dan setelah dilakukan demonstrasi tentang cuci tangan 6 langkah.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan memberikan pendidikan kepada siswa SMKN 1 Cikarang tentang Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang didefinisikan sebagai belajar dari tidak tahu menjadi tahu. Hasil dari pengabdian kepada masyarakat ini menunjukkan bahwa siswa lebih memahami PHBS daripada sebelumnya. Ini sejalan dengan pendapat (Notoatmodjo, 2018) yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang harus berubah dari

tidak tahu menjadi tahu. Pengetahuan adalah hasil dari penginderaan terhadap sesuatu. (Notoatmodjo, 2018).

Dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, informasi tentang PHBS dalam tatanan sekolah diberikan. Ini mencakup pengertian PHBS, faktor-faktor yang mempengaruhinya, manfaatnya untuk sekolah, dan bagaimana menggunakan delapan indikator PHBS. Informasi ini diberikan secara ringkas, jelas, dan tepat. Hal ini dapat membantu meningkatkan pengetahuan yang dimiliki siswa setelah mereka menerima materi (Melva et al., 2013; Salim et al., 2022).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Lestari, 2022) yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara informasi dengan pengetahuan (Lestari, 2022). Selain itu, tingkat keberhasilan pendidikan bergantung pada media dan pendekatan yang digunakan. Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat ini memberikan pelajaran melalui ceramah, diskusi, dan demonstrasi. Metode-metode ini dapat membantu siswa menerima pelajaran dengan baik. Metode ceramah yang dilengkapi dengan media pembelajaran audio visual, seperti PowerPoint, dan video, sangat membantu dalam menarik perhatian siswa dan membuat informasi yang mereka pelajari lebih menarik. Peran media dalam proses pembelajaran sangat penting karena memungkinkan siswa melihat teks, gambar, warna, dan gerakan. Selain itu, gambar yang disertakan dalam media ini membantu menyampaikan informasi.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Firdaus, 2016) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan hasil belajar siswa dalam pembelajaran yang menggunakan media audio-visual dengan media cetak, dimana pembelajaran yang menggunakan media audio-visual lebih baik daripada media cetak (Firdaus, 2016).

Salah satu metode yang digunakan untuk memberikan informasi dalam penyuluhan ini adalah diskusi dan demonstrasi. Metode diskusi memungkinkan siswa untuk melakukan tanya jawab untuk lebih memahami apa yang mereka pelajari. Metode demonstrasi menawarkan siswa kesempatan untuk mempraktikkan materi secara bertahap. Hal ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa metode variatif menjadikan penyajian pembelajaran lebih menarik dan jauh lebih hidup, sehingga dapat membangkitkan semangat siswa untuk belajar. Metode variatif juga perlu didukung oleh media pembelajaran yang sesuai dengan metode tersebut, serta materi yang akan diajarkan. (RimahDani et al., 2023). Pemberian edukasi yang didukung oleh informasi, metode dan media yang tepat dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS sehingga diharapkan dapat berdampak pada perilaku siswa dalam penerapan PHBS pada tatanan sekolah .

Cuci tangan enam langkah adalah prosedur sanitasi yang melibatkan membersihkan tangan dan jari jemari manusia dengan menggunakan air dan sabun untuk membersihkan dan memutuskan rantai kuman. Cuci tangan enam langkah juga dianggap sebagai salah satu cara untuk mencegah penyakit. Hal ini dilakukan karena tangan seringkali berfungsi sebagai pembawa kuman dan memungkinkan bakteri berpindah dari satu orang ke orang lain melalui kontak langsung atau tidak langsung (Kemenkes RI, 2014). Perilaku ini Sangat disarankan untuk menghentikan penyakit yang disebabkan oleh kuman dan bakteri. Selain itu, prosedur cuci tangan enam langkah, yang mencakup menggunakan sabun dan air mengalir, harus dilakukan dengan benar. Karena sabun memiliki rantai karbon hidrofobik yang dapat mengikat kuman, ketika tangan dibilas dengan air, kuman yang sudah terikat akan terlarut dalam air, memotong rantai penyebaran kuman yang menyebabkan penyakit. Diare, ISPA, dan pneumonia dapat dikurangi dengan cuci tangan 6 langkah yang dilakukan dengan benar. (Ejemot-Nwadiaro et al., 2021). Mencuci tangan dengan benar juga dapat membantu

mengurangi risiko penyakit seperti kecacingan, infeksi kulit, infeksi mata, dan lainnya yang ditularkan melalui tangan yang tidak bersih.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan penyuluhan tentang tingkat pengetahuan siswa dalam menciptakan PHBS ditatanan sekolah SMKN 1 Cikarang Utara dan demonstrasi cuci tangan terdapat perbedaan yang jelas menunjukkan bahwa setelah dilakukan penyuluhan PHBS ditatanan sekolah terdapat peningkatan pada nilai pretest dan post test tentang PHBS yaitu terjadi peningkatan sebanyak 40%, dan pada pretest dan post test demonstrasi mencuci tangan terjadi peningkatan 50%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ucapkan terimakasih kepada Yayasan Bhakti Husada yang telah menjadi donatur atas kegiatan pengabdian kepada Masyarakat yang alhamdulillah berjalan dengan baik dan kepada pihak SMKN I Cikarang Utara yang telah menerima kami dan menyediakan tempatnya untuk dijadikan tempat pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Arif, A., Wibisono, A. Y. G., & Faridah, I. (2023). Pengaruh Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dengan Kejadian Diare Di Smpn 3 Cikupa Tahun 2023. *Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu*, 1(3), 128–130.
- Febriani, C. A., & Al, E. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah Di 01 Langkapura. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*, 4(1), 27–38.
- Firdaus, F. (2016). Efektivitas Penggunaan Media Audio-Visual Dalam Pembelajaran Sains. *SPEKTRA : Jurnal Kajian Pendidikan Sains*, 2(01), 46. <https://doi.org/10.32699/spektra.v2i01.6>
- Gainau, M. B. (2022). *Perkembangan Remaja dan Problematikanya*.
- Huliantunisa, Y. (2020). *Kumpulan Materi Pengelolaan Usaha Kesehatan Sekolah*. 1, 18. <https://doi.org/10.31000/jkft.v6i1.5214>
- Irwan, D. (2018). Etika dan Perilaku Kesehatan. In Taufik Eko (Ed.), *book* (Cetakan II). www.aging-us.com
- Irwan, D. (2020). Etika dan Perilaku Kesehatan - Google Books. In *Absolute Media*.
- Lestari, S. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan dalam Kesiapan menghadapi Menarche pada Siswi Kelas V SDN Unggul Darul Imarahkabupaten Aceh Besar Tahun 2021. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4.
- Melva Diana, F., Susanti, F., & Irfan, A. (2013). Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sd Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 8(1), 46–51. <https://doi.org/10.24893/jkma.v8i1.123>
- Notoatmodjo. (2018). Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta. *Notoatmodjo, (2010). Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi. Jakarta: Rineka Cipta., 4(12)*.
- Proverawati, A. (2012). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. 21–22.
- RimahDani, D. E., Shaleh, S., & Nurlaeli, N. (2023). Variasi Metode Dan Media Pembelajaran Dalam Kegiatan Belajar Mengajar. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 7(1). <https://doi.org/10.35931/am.v7i1.1829>
- Salim, M. F., M. Syairaji, M. S., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19. <https://doi.org/10.22146/jp2m.51342>
- Vanessa, T., Yulianto, A., & Efendi, R. (2023). Penyuluhan Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Dengan Kejadian ISPA Pada Balita. *JURNAL BAGIMU NEGERI*, 7(2).
<https://doi.org/10.52657/bagimunegeri.v7i2.2168>

Zubaidah, S., Ismanto, B., & Sulasmono, B. S. (2017). Evaluasi Program Sekolah Sehat di Sekolah Dasar Negeri. *Kelola: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 4(1). <https://doi.org/10.24246/j.jk.2017.v4.i1.p72-82>