

# Edukasi Kesehatan sebagai Upaya Peningkatan Pemahaman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Kelas 4A Sekolah Dasar Negeri 1 Senggigi

Ni Wayan Citra<sup>1</sup>, Prananda Rizki Pramudia<sup>1</sup>, Putri Fatimah Helmiana<sup>1</sup>, Qashrina Vania Fildzani<sup>1</sup>, Baiq Kayla Srigede<sup>1</sup>, Andrew Deardo Purba Girsang<sup>1</sup>, Rizqy Agung Fatahillah Tarigan<sup>1</sup>, I Nengah Andra Putra Pramudya<sup>1</sup>, Fathmi Hidayati<sup>1</sup>, Andina Nabilah Mario<sup>1</sup>, Nurhidayati Nurhidayati<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, NTB, Indonesia.

<sup>2</sup>Staf Pengajar Divisi Farmakologi Digestif, Fakultas Kedokteran Universitas Mataram, Indonesia.

## Article Info

Received : May 14, 2025

Revised : May 16, 2025

Accepted : May 21, 2025

**Abstrak:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat atau yang biasa disingkat PHBS sangat penting untuk dimengerti dan diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari jika ingin kualitas kesehatan masyarakat terjamin. PHBS ini penting untuk ditanamkan pada usia sedini mungkin agar nanti di kedepannya anak-anak dapat terbiasa untuk melakukannya. Untuk membantu mewujudkan hal ini, diperlukan suatu promosi mengenai PHBS. Promosi dapat dilakukan menggunakan media, baik itu media cetak maupun digital. Pada kesempatan ini, kami segenap Mahasiswa Kelompok D angkatan 2021 Fakultas Kedokteran Universitas Mataram melakukan suatu kunjungan ke SDN 1 Senggigi untuk mempromosikan pentingnya PHBS. Alasan mengapa SDN 1 Senggigi menjadi sasaran promosi adalah karena sekolah ini merupakan sekolah binaan FK Unram terkait muatan kedokteran kepulauan sehingga sudah menjadi tanggung jawab bersama untuk mengedukasi dan meningkatkan edukasi tentang PHBS agar tujuan peningkatan kualitas kesehatan pada usia sekolah dapat terwujud. Selain itu, Kelompok D juga memberikan suatu pretest dan posttest untuk mengukur pemahaman siswa mengenai PHBS agar dapat menjadi suatu evaluasi dan inspirasi bagi penelitian ataupun pengabdian di kedepannya.

**Keywords:** Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Sekolah Dasar

## Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk mencegah penyakit sehingga dapat meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. PHBS memiliki lima tatanan yang mencakup PHBS di sekolah, rumah tangga, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum (Kementrian kesehatan RI, 2011). Untuk itu, masyarakat perlu diberi edukasi sejak dini terutama pada anak-anak. Masa awal anak-anak dimulai pada usia 2-6 tahun atau disebut golden age sementara masa akhir anak-anak pada usia 10-12 tahun. Pada masa tersebut fisik dan psikis anak-anak tumbuh dan berkembang pesat (Prasetyo, 2020). Perlu untuk diketahui bahwa tujuan dari penerapan PHBS sejak dini adalah agar mengerti akan pentingnya PHBS dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, dibutuhkan peningkatan pengetahuan dan perilaku siswa sekolah agar anak-anak sekolah memperoleh kesadaran untuk meningkatkan kualitas kesehatan melalui program PHBS sehingga penyakit berbahaya seperti diare dapat dicegah (Anggraini, Anggraeni dan Rosaline, 2022). Pemberian edukasi mengenai kesehatan dapat menggunakan media edukasi yang efektif meningkatkan pengetahuan siswa usia sekolah terkait PHBS. Adapun media yang digunakan seperti video, buku saku, permainan kuis, poster, dan metode video menari (Sasmitha, Hasnah dan Sutria, 2020).

SDN 1 Senggigi merupakan Sekolah Dasar pada desa binaan Fakultas Kedokteran Universitas Mataram terkait muatan kedokteran kepulauan sehingga menjadi tujuan peneliti untuk memberikan edukasi kesehatan. Pada Peraturan Menteri Kesehatan nomor 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang memuat pedoman pembinaan PHBS dijelaskan delapan aspek PHBS di sekolah yakni Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS), penggunaan jamban sehat, membuang sampah pada tempatnya, tidak merokok, tidak konsumsi NAPZA, konsumsi makanan dan minuman yang sehat, memberantas jentik, dan tidak meludah sembarangan. Dampak yang diberikan jika PHBS tidak dilakukan dengan baik maka potensi terkena penyakit infeksi seperti cacangan dan diare meningkat (Trinies dkk., 2016; Suraini, Chairani dan Apriyani, 2020).

## Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan melalui pemberian edukasi kepada siswa-siswi sekolah dasar yang dirancang dalam bentuk media edukasi *flipchart*. Target sasaran dari kegiatan ini yaitu siswa-siswi kelas IV SDN 1 Senggigi kelas IV yang terdiri dari 22 siswa. Siswa dan siswi ini dipilih karena siswa dan siswi kelas IV SD yang usianya termasuk pada masa akhir anak-anak yakni 10-12 tahun sehingga masa tersebut fisik dan psikis anak-anak tumbuh dan berkembang pesat. Selain itu, SDN 1 Senggigi merupakan Sekolah Dasar pada desa binaan Fakultas Kedokteran Universitas Mataram terkait muatan kedokteran kepulauan sehingga menjadi tujuan peneliti untuk memberikan edukasi kesehatan. Kegiatan ini dilaksanakan pada 30 Agustus 2023.

Metode yang digunakan dalam pengabdian ini yaitu memberikan informasi, edukasi dan *games*, serta *pretest* dan *posttest* kepada siswa dan siswi. Edukasi diberikan dalam rangka menyalurkan pengetahuan mengenai perilaku hidup yang sehat. Metode *games* dipilih menyesuaikan pada tingkat pendidikan dimana siswa SD umumnya cenderung senang bermain. Sedangkan untuk *pretest* dan *posttest* ditujukan untuk mengetahui sebagaimana siswa memahami terkait PHBS. Sedangkan untuk media yang digunakan dalam kegiatan ini adalah *flipchart* dan disertai kalender 2024 sehingga selain akan menarik perhatian audiens, dapat juga digunakan dalam jangka waktu yang panjang.

## Hasil dan Pembahasan

Selama pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini, sebanyak 24 partisipan siswa-siswi kelas 4A di SD 1 Kecamatan Senggigi ikut serta sebagai peserta penyuluhan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (gambar 1). Kegiatan ini tentunya didukung oleh kepala sekolah dan juga para guru SDN 1 Senggigi. Adapun kegiatan yang dilakukan oleh partisipan selama penyuluhan, yaitu bermain *games*, mengisi kuesioner *pre-test*, mendengarkan penyuluhan, menjawab beberapa pertanyaan dan mengisi kuesioner *post-test* (gambar 2). Siswa-siswi terlihat sangat bersemangat dan berantusias dalam mengikuti penyuluhan ini ditambah dengan adanya dukungan seperti hadiah bagi yang dapat menjawab pertanyaan (gambar 3). Kegiatan penyuluhan ini berjalan dengan baik selama kurang lebih satu setengah jam dan ditutup dengan foto bersama (gambar 4).



Gambar 1. Dokumentasi penyampaian materi edukasi PHBS



Gambar 4. Dokumentasi foto bersama guru dan siswa siswi kelas 4 SDN 1 Senggigi



Gambar 2. Dokumentasi pengerjaan post test oleh siswa siswi kelas 4



Gambar 3. Antusiasme siswa siswi dalam pelaksanaan praktik cuci tangan sebagai salah satu contoh PHBS

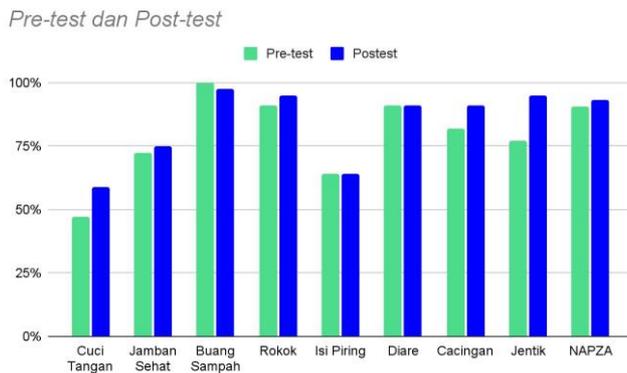
Berdasarkan data yang telah dikumpulkan dari hasil kuesioner *pre-test* dan *post-test* yang digambarkan pada tabel 1, didapatkan bahwa nilai rata-rata setelah dilakukannya penyuluhan (*post-test*) mengalami peningkatan dibandingkan dengan sebelum dilakukannya edukasi (*pre-test*). Berdasarkan tabel 1 juga didapatkan bahwa adanya peningkatan persentase pada 6 aspek PHBS yang telah di edukasi, 2 aspek tidak berubah, dan hanya 1 aspek dengan penurunan persentase. Terdapatnya penurunan pada 1 aspek yaitu pada aspek buang sampah yang mungkin disebabkan karena kurangnya penjelasan yang diberikan oleh penyuluh kepada siswa-siswi. Namun melihat nilai rata-rata dan berbagai aspek lainnya, sebagian besar siswa-siswi sudah memahami terkait hal-hal yang disampaikan pada saat diberikannya edukasi.

Berikut merupakan tabel sebelum dan sesudah pemberian edukasi:

No.	Keterangan	<i>Pre-test</i>	<i>Post-test</i>
1.	Cuci Tangan	47,125%	59%
2.	Jamban Sehat	72,5%	75%
3.	Buang Sampah	100%	97,5%
4.	Rokok	91%	95%
5.	Isi Piring	64%	64%
6.	Diare	91%	91%

7.	Cacingan	82%	91%
8.	Jentik	77%	95%
9.	NAPZA	90,5%	93%
Rata-Rata Total		79.45%	84.5%

Tabel 1. Persentase *Pre-test* dan *Post-test* pada setiap aspek PHBS



Gambar 3. Diagram persentase *Pretest* dan *Posttest* terkait materi PHBS

Target pada penyuluhan ini adalah siswa dan siswi kelas 4A di SDN 1 Kecamatan Senggigi. Selain pemilihan materi dan kata-kata yang sesuai dengan umur audiens dalam memberikan edukasi, pemilihan media edukasi juga perlu diperhatikan. Dalam hal ini tim penyuluhan menggunakan *flipchart* sebagai media edukasi dengan tujuan agar interaksi antara pemateri dan audiens menjadi lebih intens. Walaupun demikian, usaha yang lebih untuk menarik perhatian sangat diperlukan dikarenakan sulitnya para siswa siswi untuk fokus. Oleh karena itu, penyampaian edukasi dilakukan dengan bahasa yang mudah dipahami, menjelaskan konteks pada *flipchart*, dan menanyakan kepahaman siswa siswi setelah materi diberikan. Disela waktu pemberian materi tim penyuluhan memutuskan untuk mengadakan *refreshing* agar siswa dan siswi dapat lebih fokus dan memperhatikan materi yang disampaikan. Secara keseluruhan, siswa dan siswi lebih memperhatikan saat pemberian edukasi ditambah adanya games dengan pemberian hadiah bagi siswa yang dapat menjawab pertanyaan sebagai hadiah. Pemberian edukasi tentunya tidak luput dari berbagai kendala saat kegiatan pemberian edukasi. Kendala yang dialami yaitu kurangnya fokus perhatian dan rasa cepat

jenuh pada sebagian besar siswa yang menyebabkan tim penyuluhan memerlukan usaha ekstra seperti *refreshing* di sela-sela pemberian materi dengan *games* dan jargon.

Pemberian materi PHBS saat ini sangat diperlukan terutama bagi siswa-siswi Sekolah Dasar. Dengan pemberian materi ini diharapkan dapat digunakan sebagai bekal diri sendiri dalam menjaga kebersihan dan kesehatan diri hingga tua. Urgensi pemberian materi PHBS dalam penyuluhan ini tidak hanya sekedar untuk mencegah siswa dan siswi agar terhindar dari penyakit cacingan dan juga diare, tetapi sekaligus memperkenalkan kepada mereka tentang apa itu rokok, alkohol, dan NAPZA serta menjelaskan tentang bahayanya agar kedepannya siswa dan siswi memiliki peluang besar untuk menolak serta menjauh jika ditawarkan benda-benda tersebut, terutama jika tidak digunakan sesuai dengan aturan yang sudah ada. Selain itu, dengan pemberian materi ini juga dapat mengurangi persentase anak-anak yang tertipu untuk mengkonsumsi benda-benda tersebut.

## Simpulan

Berdasarkan hasil kunjungan lapangan yang telah dilaksanakan di SDN 1 Senggigi dapat disimpulkan bahwa siswa siswi kelas 4a SDN 1 Senggigi sangat aktif dan antusias dalam menerima materi-materi PHBS yang disampaikan menggunakan media *flipchart*. Responden memahami tentang materi PHBS terlihat dari hasil post test dan pre test yang mengalami peningkatan persentase pemahaman sebelum diberikan materi dan sesudah penyampaian materi tentang PHBS. Penulis berharap agar materi-materi PHBS yang telah disampaikan diingat dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari agar terbentuk generasi muda yang bersih dan sehat.

## Daftar Pustaka

- Anggraini, N.V., Anggraeni, D.T. and Rosaline, M.D. (2022) 'Peningkatan Kesadaran PHBS Cuci Tangan dengan Benar pada Anak Usia Sekolah', *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(4), pp. 1172-1179. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5399>.
- Kementrian kesehatan RI (2011) 'Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia', *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2269 TAHUN 2011 tentang Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*, p. 4.
- Prasetyo, A.R. (2020) 'Early childhood physical,

cognitive, socio-emotional development', *Golden Age: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 4(2), pp. 67-75. Available at: <https://doi.org/10.29313/ga:jpaud.v4i2.6049>.

Sasmitha, N.R., Hasnah and Sutria, E. (2020) 'Health Education About Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) To Increased Knowledge of School Age Children: Systematic Review', *Journal Of Nursing Practice*, 3(2), pp. 279-285. Available at: <https://doi.org/10.30994/jnp.v3i2.96>.

Suraini, Chairani and Apriyani, P.R. (2020) 'Penyuluhan Faktor Faktor Penyebab Kecacingan Pada Siswa Sekolah Dasar', *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis, STIKes Perintis Padang, Sumatera Barat, Indonesia*, 1(2), pp. 62-65.

Trinies, V. et al. (2016) 'The impact of a school-based water, sanitation, and hygiene program on absenteeism, diarrhea, and respiratory infection: A matched-control trial in Mali', *American Journal of Tropical Medicine and Hygiene*, 94(6), pp. 1418-1425. Available at: <https://doi.org/10.4269/ajtmh.15-0757>.