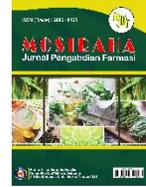




Mosiraha: Jurnal Pengabdian Farmasi, Vol 1. No. 3 (2023)
ISSN (Online) : 2986-8165
<https://jpf.uho.ac.id/index.php/journal/index>



EDUKASI PENTINGNYA POLA HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI SDN 08 KONDA DI DESA LAMOMEA KECAMATAN KONDA SULAWESI TENGGARA

Ruslin^{1*}, Sunandar Ihsan¹, Muhamad Handoyo Sahumena¹, Henny kasmawati¹, Muhammad Arba¹,
Nasrudin¹, Rahmat Muliadi¹, Irvan Anwar¹

¹Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Halu Oleo, Sulawesi Tenggara, Kendari, 93231

Corresponding author^{*}: ruslin@uho.ac.id

Abstrak

Program PHBS merupakan program yang bertujuan memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku sehingga masyarakat sadar mau dan mampu mempraktekkan PHBS melalui pendekatan advokasi bina suasana dan pemberdayaan masyarakat. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk memberikan gambaran mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada anak-anak di SD Negeri 08 konda wilayah Desa Lamomea Kecamatan Konda, Kabupaten Konawe Selatan Kota Kendari Sulawesi Tenggara. Target dalam penelitian ini adalah anak-anak SD kelas 4,5,6. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 93.8% responden memiliki pengetahuan yang baik dalam perilaku hidup bersih dan sehat, sebanyak 87.5 % responden memiliki sikap baik, serta tidak ada anak-anak terhadap hidup bersih dan sehat 37.5% memiliki tindakan yang cukup dan 62.5 % lainnya memiliki tindakan kurang. Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti berkesimpulan bahwa angka penilaian yang baik untuk pengetahuan dan sikap yang ditunjukkan tidak dapat menjamin bahwa tindakan yang akan dilakukan sebaik dengan pengetahuan yang diketahui dan sikap yang ditunjukkan. Berdasarkan pada kesimpulan diatas maka peneliti menyarankan kepada anak-anak agar lebih memperhatikan lagi bagaimana mempraktekkan hidup bersih dan sehat agar tidak akan terserang penyakit, bukan hanya dari segi pengetahuan dan sikap yang baik ditunjukkan akan tetapi di ikuti dengan tindakan yang dapat mencerminkan pengetahuan dan sikap yang baik.

Kata Kunci: Anak-anak, PHBS, Pengabdian Masyarakat

Penulis Korespondensi:

Ruslin
Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo
Email: ruslin@uho.ac.id

Info Artikel:

Submitted : 24 Oktober 2023
Revised : 30 November 2023
Accepted : 31 Desember 2023
Published : 31 Desember 2023

PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan hak asasi manusia yang harus dilindungi dan diperhatikan oleh pemerintah karena kesehatan merupakan salah satu indikator penting dalam menentukan kesejahteraan suatu bangsa selain faktor ekonomi dan sosial. Pengakuan itu tercantum dalam Deklarasi Perserikatan Bangsa – Bangsa Tahun 1948 tentang Hak Asasi Manusia. Pasal 25 Ayat (1) Deklarasi menyatakan, Setiap orang berhak atas derajat hidup yang memadai untuk kesehatan dan kesejahteraan dirinya dan keluarganya termasuk hak atas pangan, pakaian, perumahan dan perawatan kesehatan serta pelayanan sosial yang diperlukan dan berhak atas jaminan pada saat menganggur, menderita sakit, cacat, menjadi janda/ duda, mencapai usia lanjut atau keadaan lainnya yang mengakibatkan kekurangan nafkah, yang berada di luar kekuasaannya. Hal ini juga ditegaskan dalam Undang – Undang Dasar (UUD) tahun 1945 pasal 28 H ayat 1, yang menyatakan bahwa setiap orang berhak memperoleh pelayanan kesehatan. Selain itu, Undang – Undang (UU) Nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan juga menjelaskan dengan tegas hak dan kewajiban pemerintah maupun masyarakat yang berkenaan dengan pemenuhan akan kesehatan (Salim dkk., 2021).

Peningkatan kualitas generasi muda adalah sesuatu yang dapat dijadikan prioritas suatu bangsa, untuk mempersiapkan sumber daya manusia yang baik. Kualitas generasi muda sangat didukung oleh aspek kesehatan jasmani, mental, dan sosial. Kesehatan optimal bagi anak usia dini akan membentuk generasi dengan memiliki daya tahan tubuh yang kuat terhadap penyakit dan generasi kecerdasan anak. Anak usia dini menggambarkan masa emas bagi anak untuk berkembang serta mendapatkan pembelajaran. Sebab periode ini menggambarkan waktu yang berharga untuk seorang anak dalam mengidentifikasi bermacam kenyataan di area sekitarnya, sehingga memicu kepribadian, psikomotor, kognitif, serta pertumbuhan sosialnya (Rozi dkk., 2021) Anak usia sekolah merupakan titik awal dari pembentukan perilaku sehat. Berdasarkan jumlah anak usia sekolah (6-12 tahun) di Indonesia menempati urutan terbanyak sebesar 26.504.160 jiwa.¹ Oleh karena itu, anak usia sekolah dasar menjadi sasaran yang strategis terhadap pelaksanaan program peningkatan kesehatan di Indonesia (Kusumawardani dan Saputri, 2020).

Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu upaya promosi kesehatan yang bertujuan agar setiap orang dapat tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat dengan menciptakan suatu kondisi yang kondusif bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan kesehatan. (Suprpto dan Arda, 2021). Ada lima tatanan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang ditetapkan oleh pemerintah, yaitu PHBS di rumah tangga, sekolah, tempat kerja, sarana kesehatan, dan tempat umum. Kelimanya menjadi titik dimulainya program edukasi mengenai perilaku hidup bersih dan sehat (Susianti, dkk., 2022). Salah satu manfaat dari penerapan PHBS adalah meningkatkan derajat kesehatan yang dimulai dari individu, keluarga, dan masyarakat (komunitas), dengan terbentuknya

perilaku hidup bersih dan sehat akan menurunkan angka kesakitan di masyarakat. (Marisda dkk., 2021).

Sekolah memiliki peran penting untuk mewujudkan sumber daya manusia yang bisa bersaing ditingkat global. Masa-masa sekolah merupakan masa yang tepat untuk menanamkan kebiasaan-kebiasan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Selain bisa menjadi generasi yang mengerti masalah kesehatan, anak sekolah juga bisa menjadi agen perubahan pada lingkungan keluarga dan masyarakat (Sugiritama dkk., 2021). PHBS di sekolah merupakan langkah untuk membantu siswa, guru, dan warga sekolah agar mampu dan mau mempraktekkan perilaku hidup bersih dan sehat untuk mewujudkan sekolah sehat. Contoh PHBS di sekolah yaitu : 1). Mencuci tangan dengan sabun di air mengalir; 2). Mengonsumsi jajanan sehat; 3). Olahraga yang teratur; 4). Memberantas jentik nyamuk; 5). Tidak merokok di lingkungan sekolah; dan 6). Membuang sampah pada tempatnya (Shaleha dkk., 2023). Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) adalah salah satu indikator PHBS pada beberapa tatanan diantaranya Tatanan Rumah Tangga, Tatanan Sekolah, Tatanan Institusi Pelayanan Kesehatan, atau dengan kata lain Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun menjadi bentuk PHBS yang Sangat penting (Muhammad, dkk., 2023).

Pada masa sekarang ini, masih banyak masyarakat Indonesia yang belum menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), misalnya merokok, membuang sampah di sembarang tempat, makan makanan tidak sehat, kurangnya berolahraga dan melakukan aktivitas fisik, dan lain-lain. (Mustikawati dkk., 2021). Menciptakan hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, apabila dibandingkan dengan biaya yang harus dikeluarkan untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan cukup mahal (Natsir, 2019). Perilaku terbentuk dengan adanya kebiasaan sejak dini dan didukung oleh lingkungan serta pendidikan. Edukasi untuk berperilaku bersih dan sehat sejak dini merupakan hal yang sangat penting dalam meningkatkan derajat kesehatan hingga masa yang akan datang (Purwanto dan Ramad, 2020).

Terdapat tiga faktor yang masing-masing faktor mempunyai pengaruh tersendiri terhadap perilaku hidup bersih dan sehat. Ketiga faktor tersebut yaitu faktor pemudah, faktor pemungkin, dan faktor penguat. Faktor pemudah (predisposing factor) faktor ini mencakup aspek tingkat pengetahuan individu serta sikapnya dalam menerapkan PHBS di masyarakat. Kedua adalah faktor pemungkin (enabling factor) yang merupakan pemicu adanya suatu perilaku yang memungkinkan suatu tindakan agar terlaksana. Ketiga yaitu faktor penguat (reinforcing factor), dimana faktor ini merupakan perwujudan yang dimunculkan dalam bentuk sikap seseorang atau petugas, perilaku petugas kesehatan, maupun tokoh agama dan tokoh masyarakat. (Wati dan Ridlo, 2020).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Pembelajaran Dini Perilaku Hidup Bersih Sehat (PIIBS) difokuskan pada anak-anak SD yang disadarkan atas beberapa pertimbangan, seperti masih rendahnya kesadaran para siswa terkait PHBS, kurangnya sosialisasi tentang pentingnya PHBS pada anak sekolah, serta banyaknya data yang menyebutkan bahwa munculnya sebagian penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (6-10), misalnya diare, kecacingan dan anemia ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS (Larira dkk., 2021). Jika PHBS kurang

diterapkan di sekolah maka dampak yang akan ditimbulkan yaitu terjadi penurunan prestasi dan semangat belajar, menurunkan citra sekolah, serta suasana belajar yang tidak mendukung karena lingkungan yang kotor, keadaan kelas yang kotor, banyaknya jajanan tidak sehat dan tempat pembuangan sampah yang tidak tertata akan menimbulkan berbagai macam penyakit (Srisantyorini T dan Ernyasih., 2020).

Diperlukan upaya promosi kesehatan di sekolah mengingat tingginya masalah kesehatan yang diakibatkan oleh perilaku tidak sehat dikalangan anak usia sekolah. Indikator PHBS sekolah secara nasional terdiri dari delapan indikator yaitu berolahraga teratur dan teratur, tidak merokok disekolah, memberantas jentik nyamuk, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, membuang sampah ke tempat sampah yang terpilah (sampah basah, sampah kering, sampah berbahaya), mengkonsumsi jajanan sehat dari kantin sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan⁴. Anak sekolah merupakan salah satu kelompok paling rentan terkena masalah kesehatan yang disebabkan faktor lingkungan dan pola hidup kurang baik. Oleh karena itu berdasarkan latar belakang tersebut, kami melakukan sosialisasi PHBS tepatnya di SD Negeri 8 Konda untuk meningkatkan kesadaran kepatuhan anak sekolah mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan kesehatan anak-anak sekolah dan mencegah kemungkinan terjangkitnya penyakit menular maupun tidak menular pada anak.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian dilakukan dengan sasaran adalah siswa dan siswi di SD Negeri 08 Konda wilayah desa lamomea Kecamatan Konda , Kabupaten Konawe Selatan Kota Kendari Sulawesi Tenggara. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan siswa dan siswi tentang cara Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan baik dan benar di kehidupan sehari-hari. Metode yang digunakan pada kegiatan pengabdian ini berupa metode ceramah melalui sosialisasi pemahaman kepada siswa dan siswi di SD Negeri 08 Konda mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Serta pemberian informasi kepada anak-anak di SD Negeri 08 Konda terkait hal-hal yang berhubungan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) menggunakan video edukasi dan leaflet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu upaya promosi kesehatan yang bertujuan agar setiap orang dapat tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat dengan menciptakan suatu kondisi yang kondusif bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku agar dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara, dan meningkatkan Kesehatan.



Gambar 1. Antusias siswa SD Negeri 08 Konda mengikuti sosialisasi PHBS

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) harus dilakukan oleh setiap individu dengan kesadaran tersendiri untuk meningkatkan kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat. PHBS harus diterapkan dalam setiap aspek kehidupan manusia kapanpun dan dimanapun. PHBS di sekolah merupakan serangkaian upaya yang dilaksanakan oleh warga sekolah atas dasar kesadaran untuk mencegah penyakit, menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, serta meningkatkan kesehatan. Sekolah/lembaga pendidikan dipilih sebagai tempat strategis dalam memberikan pengetahuan tentang pentingnya menjaga kebersihan. dan perilaku hidup sehat, dimana siswa diajarkan untuk melakukan hal-hal sederhana (misalnya mencuci tangan menggunakan sabun) yang berdampak besar terhadap Kesehatan.



Gambar 2. Pembagian leaflet kepada siswa

Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dilaksanakan pada hari Senin, 07 Agustus 2023 bertempat di SD Negeri 08 Konda, Kecamatan Konda, Desa Lamomea, Kabupaten Konawe Selatan. Kegiatan dimulai pada pukul 08.00 hingga selesai pada pukul 09.30 WITA. Peserta pada sosialisasi ini merupakan siswa(i) SD Negeri 08 Konda yang terdiri dari siswa kelas 4, 5, dan 6. Materi sosialisasi meliputi informasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) serta penerapannya dalam kehidupan sehari-hari seperti mencuci tangan dengan benar, berolahraga secara teratur, membuang sampah pada tempatnya, dan mengonsumsi jajanan sehat di sekolah. Sosialisasi ini bertujuan untuk memberikan informasi dan edukasi kepada siswa SD agar sejak dini

paham mengenai pola hidup bersih dan sehat serta mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.



Gambar 3. Pemutaran Video Cara Mencuci Tangan yang Baik dan Benar

Kegiatan ini diselingi pemutaran video 6 langkah mencuci tangan yang baik dan benar. Terlihat bahwa para siswa memiliki rasa ingin tahu yang besar dan sangat antusias dalam memperagakan video tersebut. Setelah pemutaran video maka dilanjutkan dengan sesi tanya jawab kepada peserta. Hal ini bertujuan untuk menguji pemahaman para siswa sekaligus untuk mengasah ketangkasan dan pengetahuan terkait materi yang telah diberikan.



Gambar 4. Pemberian Poster PHBS

Sosialisasi ini ditutup dengan pemberian poster kepada pihak guru SD Negeri 08 Konda. Pemberian media poster ini ditujukan untuk memberikan pemahaman tambahan serta sebagai pengingat bagi siswa siswi SDN 08 Konda sebagai bentuk penyuluhan mengenai Penerapan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) di sekolah. Kegiatan ini diharapkan dapat bermanfaat agar para siswa dapat sadar pentingnya menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat, menjaga kesehatan dan juga kebersihan diri sendiri.

Poster ini akan dicetak oleh pelaksana kegiatan KKN Tematik Fakultas Farmasi UHO 2023 lalu akan diberikan kepada pihak SDN 08 Konda dan dilakukan pemasangan pada mading sekolah. Dengan sangat diharapkan adanya pemasangan dan poster ini semakin dapat membantu untuk

mengingatkan kepada siswa-siswi tentang bagaimana pentingnya penerapan pola hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan melakukan beberapa pencegahan yang ada seperti melakukan kegiatan olahraga yang teratur, dengan melakukan aktivitas fisik minimal 30 menit setiap harinya. Lalu harus memperhatikan makanan yang bergizi dan juga seimbang dengan makan sayur dan buah. Selalu mencuci tangan dengan air bersih dan sabun serta menerapkan mencuci tangan seperti yang telah di ajarkan sebelumnya. Selalu memperhatikan kebersihan lingkungan sekitar, melakukan istirahat yang cukup, memberantas jentik nyamuk dan jika terjadi sakit atau demam segera untuk dibawa ke fasilitas Kesehatan terdekat agar mendapatkan penanganan yang sewajarnya.

KESIMPULAN

Perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Mahasiswa/i KKN Tematik Fakultas Farmasi Universitas Halu Oleo yang dilaksanakan di Kelurahan Konda, Kecamatan Konda, Kabupaten Konawe Selatan, Kota Kendari Sulawesi Tenggara, dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat agar terwujudnya lingkungan yang bersih, nyaman, dan sehat serta mencegah terjadinya masalah kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Marisda, D.H., Thahir, R., dan Windasari, D.P., 2021. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dalam Mewujudkan Masyarakat Yang Produktif, *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, Vol. 5 (2)
- [2] Mustikawati, I.S., Puspitaloka, E., Abna, I.M., Asmirajanti, M., dan Muniroh, 2021. Peningkatan Pengetahuan dan Sikap Mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Upaya Promosi Kesehatan di Sekolah, *Jurnal Abdimas*, Vol. 7 (3)
- [3] Natsir, M.F., 2019. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Desa Parang Baddo, *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, Vol. 1 (3)
- [4] Purwanto, D., dan Rahmad, R.E., 2020. Pengaruh Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Terhadap Stunting Pada Balita di Desa Jelbuk Kabupaten Jember, *JIWAKERTA : Jurnal Ilmiah Wawasan Kuliah Kerja Nyata*, Vol. 1 (1)
- [5] Rozi, F., Zubaidi, A., dan Masykuroh, 2021. Strategi Kepala Sekolah dalam Menerapkan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Dini, *Jurnal Pendidikan Anak*, Vol. 10 (1)
- [6] Salim, M.F., Syairaji, M., Santoso, D.B., Pramono, A.E., dan Askar, N.F., 2021. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo, *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat*, Vol. 4 (1)

- [7] Shaleha, R.R., Paujiah, H.N.P., dan Salsabila, A., 2023. *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sehari-hari*. Sumatera Barat: Penerbit Mitra Cendekia Media.
- [8] Suprpto, S., dan Arda, D., 2021. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Barombong, *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, Vol. 1 (2)
- [9] Wati, P. D. C. A., dan Ridlo, I. A., 2020. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Masyarakat di Kelurahan Rangkah Kota Surabaya, *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, Vol. 8 (1)