

## ARTIKEL PENGABDIAN

**Edukasi Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kepada Siswa/i SD Negeri 060809 di Kelurahan Pasar Merah Barat Kota Medan****Muhammad Rizki<sup>1</sup>, Shahrul Rahman<sup>2</sup>**<sup>1</sup>Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara<sup>2</sup>Departemen Penyakit Dalam, Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara**Email korespondensi : rizkimhd1999@gmail.com<sup>1</sup>, shahrulrahman@umsu.ac.id<sup>2</sup>**

**Abstrak:** Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu bentuk promosi kesehatan yang bertujuan agar penduduk Indonesia tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat. Program PHBS di daerah sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam kejadian penyakit menular dan penyakit tidak menular. Selain itu berbagai indikator yang terdapat dalam program PHBS, terdapat faktor lain yang turut berperan yaitu perubahan-perubahan iklim yang bisa terjadi menjadi salah satu faktor risiko untuk terjadinya penyakit. Semakin tinggi nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, semakin rendah kejadian penyakit diare, demam berdarah dan angka bebas larva. Hasil studi ini dapat digunakan oleh para pembuat kebijakan kesehatan untuk menempatkan PHBS sebagai faktor penentu dan menjadi program utama dalam pengendalian penyakit menular dan mitigasi dampak perubahan iklim terhadap kesehatan masyarakat. Program PHBS ini dilakukan pada siswa/i di SDN 060809 Pasar Merah Barat Kecamatan Medan Kota pada tahun 2022.

**Kata kunci :** Determinan kesehatan, perubahan iklim, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)

**PENDAHULUAN**

Perubahan iklim yang terjadi pada saat ini dapat mempengaruhi kesehatan di masyarakat baik yang tinggal pada negara berkembang maupun di negara maju dengan terjadinya berbagai penyakit, seperti: demam berdarah, faktor risiko untuk timbulnya penyakit diare. Kondisi ini, menurut Hendrik L. angka kejadian penyakit di masyarakat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu faktor perilaku, faktor

lingkungan, faktor kesehatan dan faktor genetik.<sup>1</sup>

*World Health Organization (WHO)* menyatakan sehat ialah salah satu hak dari perseorangan untuk dapat melaksanakan segala bentuk kegiatan atau kebiasaan sehari-hari. Agar hidup menjadi lebih sehat dapat dilakukan, seperti setiap individu harus memiliki perilaku yang baik, seperti perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). PHBS adalah strategi yang dilakukan untuk

memunculkan sifat mandiri pada individu untuk dalam menciptakan dan meraih hidup yang sehat. Hal tersebut merupakan suatu perilaku yang diterapkan berdasarkan dari kesadaran diri individu sendiri. Kesadaran merupakan hasil dari pembelajaran oleh individu ataupun anggota keluarga yang dapat meningkatkan taraf kesehatan di bidang kesehatan.<sup>2,7</sup>

Menurut Rahmawati dan Proverawati, perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yaitu cerminan pola hidup keluarga yang akan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Suatu perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran individu maupun anggota keluarga yang dapat menolong dirinya dalam bidang kesehatan serta berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan di masyarakat merupakan pengertian lain dari PHBS. PHBS merupakan salah satu upaya promotif (peningkatan derajat kesehatan) dan preventif (pencegahan terhadap suatu penyakit atau masalah kesehatan) pada seseorang, sehingga dapat dikatakan sebagai pilar Indonesia Sehat 2010.<sup>3,6</sup>

Ada lima tatanan perilaku hidup bersih dan sehat yang dapat menjadi simpul untuk memulai proses menyadarkan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat, seperti : (1). Perilaku hidup bersih dan sehat di tempat umum, (2). Perilaku hidup bersih dan sehat di rumah tangga, (3). Perilaku hidup bersih dan sehat di sarana kesehatan, (4). Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, (5). Perilaku hidup bersih dan sehat di tempat kerja. Membentuk

perilaku hidup bersih dan sehat anak dimulai sejak usia dini. Hal ini dikarenakan usia dini merupakan masa *Golden Age* (usia keemasan). Masa *Golden Age* adalah masa di manatahap perkembangan otak pada anak usia dini menempati posisi yang paling vital yakni mencapai 80% perkembangan otak.<sup>8</sup>

Di masa usia dini biasanya anak-anak memiliki kemampuan memori otak mencapai tingkatan maksimal. Alat pemantauan perkembangan dalam buku KIA (Kartu Identitas Anak) tersedia dalam rentang umur 0-3 bulan, 3-6 bulan, 6-12 bulan, 1-2 tahun, 2-3 tahun, 3-5 tahun, dan 5-6 tahun.<sup>4,5</sup>

## METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat kepada SD Negeri 060809 di Kelurahan Pasar Merah Barat, Kota Medan untuk mencegah terjadinya berbagai penyakit yang dilaksanakan secara langsung kepada siswa/i SD Negeri 060809 Kelurahan Pasar Merah Barat, Kota Medan.

Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 31 Agustus 2022. Di mana dilakukan kegiatan pemberian edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa/i SD Negeri 060809 serta melakukan penyuluhan tentang mencuci tangan dengan 7 langkah dengan baik dan benar. Didapatkan data jumlah siswa/i yang mengikuti kegiatan adalah 30 peserta.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SD Negeri 060809, Kelurahan Pasar Merah Barat, Kota Medan telah terlaksana dengan baik mulai dari tahap persiapan hingga tahap evaluasi.

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan pengetahuan kepada siswa/i SD Negeri 060809 Kelurahan Pasar Merah Barat, Kota Medan memberikan pendampingan dan bimbingan dalam menerapkan hidup bersih dan sehat agar terhindar dari penyakit. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) yang diajarkan kepada anak-anak agar mereka terhindar dari berbagai penyakit adalah mencuci tangan yang baik dan benar, kebersihan lingkungan, dan cara menjaga kebersihan diri. Kegiatan edukasi PHBS dalam pencegahan penyakit dapat dilihat pada Gambar 1.



**Gambar 1.** Kegiatan edukasi PHBS di SD Negeri 060809.

Kegiatan ini diikuti dengan antusias oleh peserta, hal ini dilihat dari keaktifan

peserta dalam mengikuti kegiatan dari awal hingga akhirnya, keberanian peserta menjawab pertanyaan yang diberikan fasilitator, serta motivasi tinggi untuk belajar. Dalam kegiatan ini, tim pengabdian terdiri dari 8 orang fasilitator dari Program Studi Pendidikan Dokter dapat dilihat pada gambar 2.



**Gambar 2.** Tim pengabdian foto bersama dengan kepala sekolah SD Negeri 060809.

Selain memberikan edukasi mengenai pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat, peserta juga diajarkan untuk mempraktikkan secara langsung PHBS yang diperolehnya. Pada tahap ini, fasilitator mendemonstrasikan bentuk-bentuk PHBS dalam pencegahan penyakit seperti rutin mencuci tangan 7 langkah dengan baik dan benar dapat dilihat pada gambar 3 sesuai dengan tahapan mencuci tangan yang telah ditetapkan oleh WHO seperti pada gambar 4.<sup>9,10</sup>



Gambar 3. Fasilitator mendemonstrasikan kepada siswa/i teknik mencuci tangan 7 langkah dengan baik dan benar.



Gambar 4. Tahapan mencuci tangan yang telah di tetapkan oleh WHO.

Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah salah satu bentuk promosi kesehatan yang bertujuan agar penduduk Indonesia tinggal di lingkungan yang bersih dan sehat. Program PHBS di daerah sekolah memiliki peran yang sangat penting dalam kejadian penyakit menular maupun penyakit tidak menular.

Hasil studi ini dapat digunakan oleh para pembuat kebijakan kesehatan untuk menempatkan PHBS sebagai faktor

penentu dan menjadi program utama dalam pengendalian penyakit menular dan mitigasi dampak perubahan iklim terhadap kesehatan masyarakat.<sup>11,12,13</sup>

Edukasi PHBS yang diberikan merupakan kegiatan yang tidak hanya sekedar memberikan pengetahuan semata, melainkan juga dapat memberikan keterampilan melalui pembimbingan agar anak-anak SD Negeri 060809 Pasar Merah Barat, Kota Medan dapat menerapkannya secara mandiri dalam kehidupan sehari-hari. Kegiatan ini merupakan bentuk kegiatan yang informal dan diharapkan dapat mempengaruhi pengetahuan, keterampilan dan sikap/perilaku peserta.<sup>14,15,16</sup>

Secara berkelanjutan edukasi ini diharapkan menjadi perilaku hidup yang dapat diterapkan secara disiplin oleh anak-anak SD Negeri 060809 agar terhindar dari berbagai penyakit. Upaya memberikan pengetahuan atau edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat kepada anak-anak SD Negeri 060809 dapat menjadi salah satu upaya untuk meminimalisir faktor risiko terkena penyakit seperti: diare, demam berdarah, dan lain-lain.<sup>17,18,19,20</sup>

## KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan ini adalah kegiatan berjalan dengan lancar dan siswa/i pada SD Negeri 060809 sangat antusias terhadap pemberian edukasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan siswa/i tentang perilaku hidup bersih dan sehat dan teknik mencuci tangan dengan 7 langkah dengan baik dan benar, sehingga siswa/i pada SD

Negeri 060809 dapat melakukan pada kehidupan di sekolahnya.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak yang turut bersedia untuk menambah atau memperkaya informasi dan pengetahuan untuk dituangkan dalam laporan ini. Penyuluhan dapat dilaksanakan dengan baik dan berkat bantuan dari berbagai pihak, saya mengucapkan terima kasih kepada Kepala Lurah Pasar Merah Barat dan perangkat sekolah SD Negeri 060809 yang telah memberikan kerja sama yang baik dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini, semoga kita semua dalam lindungan Allah SWT. Amiin.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Raksanagara A, Raksanagara A. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sebagai Determinan Kesehatan Yang Penting Pada Tatanan Rumah Tangga Di Kota Bandung. *J Sist Kesehat.* 2016;1(1):30–4.
2. Lina HP. Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa Di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *J PROMKES.* 2017;4(1):92.
3. Julianti R, Nasirun HM. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jlilm Potensia [Internet].* 2018;3(2):11–7.
4. Anhusadar L, Islamiyah I. Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Anak Usia Dini di Tengah Pandemi Covid 19. *J Obs J Pendidik Anak Usia Dini.* 2020;5(1):463.
5. Shahrul Rahman & Elman Boy (2020). Edukasi Kelompok Prolanis Dalam Pencegahan Covid 19. *Jurnal Pandu Husada.* No.1 Vol.3 Bulan Juli. DOI:<https://doi.org/10.30596/jph.v1i3.4943>
6. Halmin & Shahrul Rahman (2022). *Pengaruh Apium Graveolens Linn terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia di Klinik ImanKecamatan Medan Labuhan Kota Medan.* *Jurnal Pendidikan Tambusai.* Vol 6 No 2.
7. Rahman S. *Pengobatan Hipertofi Prostat Non Operatif;* 2019.
8. Rahman S, Pradido R. The anxiety symptoms among chronic kidney disease patients who undergo hemodialysis therapy. *International Journal of Public Health Science (IJPHS).* 2020;9(4):181-185. doi:10.11591/ijphs.v9i4
9. Ariani R, Rahman S, Annisa, Syhputra E, Sinaga N, Dewi FP. *Ragam Penanganan Dan Pencegahan Covid-19 Di Rumah Sakit Dan Klinik Primer (FK UMSU Mengabdi);* 2021.
10. Farmatera B, Kedokteran F, Rahman S, al Anas M. *CASE REPORT Treatment of Adult Intussusception with Non-Operative Management: A Case Report.* Vol 6.; 2021. [http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/buletin\\_farmatera](http://jurnal.umsu.ac.id/index.php/buletin_farmatera)

11. Dalimunte NA, Rahman S. Efek Jus Buah Jambu Biji Merah (*Psidium guajava* L.) Terhadap Kadar HDL Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. *JURNAL PANDU HUSADA*. 2020;1(4):232.  
doi:10.30596/jph.v1i4.5565
12. Rahman S. *Studi Pendahuluan Pengaruh Alpakat Terhadap Profil Lemak Di Poli Penyakit Dalam Klinik Iman.*; 2016.
13. Devi S, Rahman S. *Hubungan Lama Menjalani Terapi Hemodialisis Dengan Kualitas Hidup Pasien Penyakit Ginjal Kronik di Rumah Sakit Khusus Ginjal Rasyida*. Vol 6.; 2022.
14. Rahman S. *Tatalaksana Hemodialisis Pada Anak Dan Bayi*. Vol 47.; 2020.
15. Sri Rejeki A, Rahman S. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Peserta Prolanis Diabetes Mellitus Tipe 2 Terhadap Kepatuhan Protokol Covid-19 di Klinik Iman. *JURNAL ILMIAH MAKSITEK*. 2021;6.
16. Aslya D, Sinaga S, Rahman S. Peserta Prolanis Diabetes Mellitus Tipe 2 di Klinik Iman. Published online 2021.
17. Fadhil M, Murlina N, Yenita, Rahman S. Profil Pasien Demam Tifoid dan Pengobatan di Bagian Penyakit Dalam Rumah Sakit Pirngadi Medan Tahun 2016. *JURNAL ILMIAH SIMANTEK*. 2021;5.
18. Santika K, Rahman S. Faktor Penyebab Penyakit Ginjal Kronik Pada Pasien Yang Menjalani Terapi Hemodialisis di Unit Hemodialisis Rumah Sakit Khusus Ginjal Rasyida Medan Tahun 2019. *JURNAL ILMIAH SIMANTEK* . 2021;5.
19. Rahman S. Causative Factors of Chronic Kidney Disease in Patiens With Hemodialysis Therapy Shahrul Rahman. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* . Published online 2019.
20. Nurfadly, Rahman S, Hatta muhammad, Hendra S. *14 Bekal Dasar Dokter Puskesmas.*;2021.