

## ARTIKEL PENGABDIAN MASYARAKAT

### Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Kota Medan

**Indri Auliani Sofyan, Pinta Pudiyaniti Siregar**

Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

**Email: [pinta.pudiyaniti@umsu.ac.id](mailto:pinta.pudiyaniti@umsu.ac.id)**

**Abstrak:** Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian program yang bertujuan agar terjadi perubahan perilaku yang tidak bersih dan sehat menjadi perilaku bersih dan sehat pada siswa kelas 5 dan 6 SD. Perilaku hidup bersih dan sehat dapat terlihat dari mengonsumsi makanan yang bersih dan sehat, mengatur pola makan dan berolahraga yang cukup. Tujuan kegiatan ini adalah mengedukasi siswa SD untuk menerapkan pola hidup bersih dan sehat yang di mulai dari diri sendiri, keluarga hingga masyarakat. Kegiatan ini di lakukan pada siswa kelas 5 dan 6 di SD di Sudirejo II Kecamatan Medan Kota, Kota Medan, Sumatera Utara, pada tanggal 1 september 2022. Lalu kegiatan ini dilakukan dengan tahapan penjelasan mengenai apa itu PHBS, juga penjelasan dampak-dampak hidup bersih dan sehat serta tanya jawab mengenai PHBS, sehingga siswa siswi mengerti dan mampu menjalankan sesuai dengan edukasi yang diberikan.

**Kata Kunci:** edukasi, PHBS, Siswa kelas 5 dan 6

#### PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah serangkaian program yang bertujuan agar terjadi perubahan perilaku masyarakat yang tidak menjadi perilaku yang sehat. Institusi pendidikan adalah salah satu sasaran PHBS yang menjadi prioritas tempat penyuluhan. Banyak data melaporkan bahwa timbulnya beberapa penyakit berasal dari sekolah, yang biasanya terjadi pada anak sekolah (6-10 th) seperti gangguan

saluran cerna, penyakit cacing serta demam berdarah.<sup>1</sup>

Perilaku merupakan suatu tindakan (perbuatan) yang dapat diamati bahkan dipelajari. Perilaku yang sehat didefinisikan sebagai respon seseorang terhadap rangsangan karena menderita sakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, maupun lingkungan sekitar<sup>2</sup>. Dilaporkan bahwa terdapat rendahnya tentang PHBS di masyarakat Indonesia, hal tersebut berhubungan dengan

problem- problem kesehatan atau distribusi penyakit yang berasal dari lingkungan yang dapat dilihat dari insidensi masih cukup tinggi di negara kita<sup>3</sup>.

Masalah kesehatan yang selama ini menjadi fokus perhatian pemerintah adalah masalah gizi seimbang dan penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Membiasakan perilaku hidup bersih dan sehat mampu mengurangi masalah kesehatan yang sering terjadi di masyarakat. 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. PHBS yang diterapkan dalam keluarga, khususnya pada anak sejak usia dini akan mendatangkan dampak positif dalam lingkungan masyarakat<sup>4</sup>.

Pelaksanaan pembangunan kesehatan diarahkan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Untuk mewujudkan pembangunan kesehatan tersebut diselenggarakan upaya kesehatan dalam bentuk pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan, pengobatan penyakit dan pemulihan kesehatan oleh pemerintah dan masyarakat yang dilaksanakan secara terpadu, terintegrasi dan berkesinambungan<sup>5</sup>. Salah satu

upaya untuk mewujudkan hal tersebut yaitu melalui edukasi PHBS dalam lingkungan keluarga, sekolah dan masyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di sektor kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat<sup>6</sup>.

PHBS di lingkungan sekolah merupakan langkah untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar bisa dan mau melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dalam menciptakan sekolah yang sehat. Kegiatan PHBS di lingkungan sekolah yaitu mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, dan melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat<sup>7</sup>.

## **METODE**

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di Jalan saudara desa Sudirejo II Kecamatan medan kota pada 1 september 2022, dimaksud untuk membantu sosialisasi kepada masyarakat

terutama siswa SDN tentang penyuluhan edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Kegiatan ini bertujuan untuk merubah perilaku siswa/i menjadi perilaku hidup bersih dan sehat untuk mencegah datangnya penyakit.

Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan edukasi tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Dilakukan dengan metode pemberian penjelasan apa itu hidup bersih dan sehat dan di lanjutkan dengan dijelaskannya dampak apabila tidak hidup bersih dan sehat, lalu dilanjutkan dengan edukasi dan praktek cara mencuci tangan 7 langkah dan di akhiri dengan sesi tanya jawab kepada siswa/i. Didapatkan data jumlah siswa/i yang mengikuti kegiatan adalah 80 peserta.

## HASIL

Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Sulastri, 2014).

Menurut Sarwono (2014) pengetahuan adalah elemen-elemen kognitif, yaitu berkaitan dengan dirinya sendiri, tingkah laku, dan keadaan sekitarnya. Dengan adanya pengetahuan yang diperoleh siswa SD setelah dilakukan kegiatan edukasi tentang PHBS maka akan berdampak pada perubahan tingkah laku sesuai pengetahuan yang dimilikinya. Perubahan tingkah laku kearah positif dalam hal PHBS ini akan terus menerus menjadi kebiasaan sejak dibangun Sekolah Dasar hingga mereka dewasa.

Pelaksanaan kegiatan edukasi PHBS pada anak di SDN kelurahan sudirejo II medan kota telah terlaksana dengan baik mulai dari tahap persiapan hingga evaluasi. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan pengetahuan kepada siswa/i SDN Kelurahan sudirejo II , Kota Medan memberikan pendampingan dan bimbingan dalam melakukan PHBS dan praktek cuci tangan 7 langkah. Sosialisasi PHBS dapat di lihat pada Gambar 1



Gambar 1. Edukasi PHBS

Terlihat para siswa/i SDN 060819 sangat antusias dan mendengarkan dengan seksama tentang edukasi pencegahan diare pada anak yang sedang disampaikan. Peserta juga ikut aktif mengikuti kegiatan tanya jawab sehingga para siswa/i dapat mengerti maksud dari penyuluhan yang dilakukan.

Dengan adanya edukasi PHBS ini siswa/i sudah mengerti mengenai PHBS dan juga cara mencuci tangan yang benar, diharapkan dengan adanya penyuluhan ini siswa/i dapat terus menjalankan PHBS dan juga cara mencuci tangan yang benar.

## KESIMPULAN

Kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pelaksanaan

edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) terhadap perilaku hidup bersih dan sehat oleh siswa/i kelas 5 dan 6 SDN serta Pengetahuan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat mengalami peningkatan dan peserta merasakan manfaat kegiatan edukasi ini dan akan berupaya untuk membudayakan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia dini

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar besarnya kepada pihak yang turut bersedia untuk menambahkan/memperkaya informasi dan pengetahuan untuk dituangkan dalam artikel ini. Penyuluhan ini dapat dilaksanakan dengan baik dan berkat bantuan dari berbagai pihak, saya mengucapkan terimakasih kepada Kepala Desa Sudirejo II dan Perangkat Desa Sudirejo II yang telah memberikan kerjasama yang baik dalam kegiatan Kuliah Kerja Nyata (KKN) ini, semoga kita semua selalu dalam lindungan Allah SWT. Amiin.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI. 2013. Laporan Akuntabilitas Kinerja Kementerian Kesehatan Tahun 2013. Kemenkes RI: Jakarta.
2. Puput Dwi Cahya Ambar Wati, Ilham Akhsanu Ridlo. Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education 47 Vol. 8 No. 1 (2020) 47-58 doi: 10.20473/jpk.v8.i1.2020.47-58
3. Widniah, Any Zahrotul. "PENGETAHUAN DAN SIKAP MAHASISWA TERHADAP PENCEGAHAN COVID-19 DENGAN KEBIASAAN MENCUCI TANGAN TAHUN 2021." Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat 9.2 (2021): 115-120.
4. Ambarwati, E. R., & Prihastuti. (2019). Gerakan masyarakat hidup sehat (germas) mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir sebagai upaya untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) sejak dini. Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 1(1), 45–52.  
<http://journal.lldikti9.id/CER/index>
5. Kementerian Kesehatan RI. 2011. Dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. Jurnal PROMKES, 4(1), 92. <https://doi.org/10.20473/jpk.v4.i1.2016.92-103>
6. Lolowang, M. A., Maramis, F. R. R., & Ratag, B. T. (2017). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kesehatan , serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat ( PHBS ). 1–12.
7. Pedoman Pembinaan Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Permenkes No. 2269/MENKES/PER/XI/2011: Jakarta.
8. Yetty Septiani , Dkk , 2018, Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar , Universitas Negeri Surabaya
9. Nova Muhani. Dkk, 2022, Peluhnyuan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Tatanan Sekolah Di SDN 01 Langkapura Universitas Malahayati Bandar Lampung
10. Ratna Julianti, 2018, Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah, Jurnal Ilmia Potensia,
11. Wahyu Nur Indah Sari, Mulyadi, 2021, Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar ,

Vol 3 No 4 Bulan 2022



E-ISSN : [2722-0877](https://doi.org/10.24127/jih.v3i4.12345)

STAI Al-Azhar Menganti Gresik,  
Indonesia.  
JURNAL IMPLEMENTA HUSADA  
*Jurnal.umsu.ac.id/index.php/JIH*