MOHUYULA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat
Vol 3 No 1 (2024), 27-31 | DOI: dx.doi.org/10.31314/Mohuyula.3.1.27-31.2024

Peningkatan Perilaku Hidup bersih dan Sehat melalui Kegiatan Sosialisasi

St. Surya Indah Nurdin*[1], Zul Fikar Ahmad[2]
[1]Universitas Muhammadiyah Gorontalo
[2]Universitas Negeri Gorontalo
Corresponding Author: suryaindahnurdin@umgo.ac.id

Abstrak
Sosialisasi merupakan langkah strategis untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat. Pengabdian ini bertujuan meningkatkan Pengetahuan Siswa tentang PHBS. Sasaran sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yaitu siswa-siswi kelas 4-5 SDN 13 Mootilango. Kegiatan Sosialisasi dilaksanakan pada 13 Desember 2023. Sosialisasi dilaksanakan dalam bentuk ceramah dengan bantuan power point, demonstrasi dan praktek langsung oleh siswa. Untuk mengukur efektivitas pelaksanaan sosialisasi dalam meningkatkan pengetahuan siswa, dilakukan pre-test dan post-test. Pengabdian berjalan dengan baik dan hasil analisis statistik menunjukkan ada perbedaan signifikan tingkat pengetahuan siswa sebelum dan setelah diberikan sosialisasi. Sosialisasi PHBS di sekolah memberikan dampak positif yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Dengan dukungan dari berbagai pihak, penerapan PHBS di sekolah dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif.

***Kata kunci**: Bersih, Perilaku, Sehat Sosialisasi.*

1. PENDAHULUAN

Kebersihan dan kesehatan merupakan dua aspek fundamental dalam kehidupan manusia yang sangat mempengaruhi kualitas hidup seseorang. Di lingkungan sekolah, kebersihan dan kesehatan tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik siswa, tetapi juga berdampak pada proses belajar mengajar. Sekolah sebagai lembaga pendidikan memiliki peran penting dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan siswa. Sosialisasi mengenai PHBS menjadi salah satu cara efektif untuk menanamkan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan (Haris, et.al., 2023).

Sosialisasi PHBS di sekolah dapat dilakukan melalui berbagai program dan kegiatan seperti penyuluhan, seminar, dan praktik langsung (Potts, 2015). Meskipun demikian, masih banyak siswa yang kurang memahami dan menerapkan pola hidup bersih dan sehat dalam keseharian mereka. Hal ini bisa disebabkan oleh kurangnya informasi yang diterima atau metode penyampaian sosialisasi yang kurang menarik dan efektif (Ahmad, dkk., 2023). Oleh karena itu, penting untuk mengevaluasi sejauh mana pengaruh sosialisasi PHBS terhadap peningkatan pengetahuan siswa. Sosialisasi PHBS yang efektif diharapkan dapat menanamkan pemahaman yang mendalam tentang pentingnya menjaga kebersihan dan kesehatan sejak dini (Maba, 2022). Pemahaman ini tidak hanya penting untuk kesehatan individu, tetapi juga untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi proses belajar mengajar. Sekolah yang bersih dan sehat akan mendukung siswa dalam belajar dengan lebih baik dan meningkatkan prestasi akademik mereka (Bora, et.al., 2023).

Pentingnya sosialisasi PHBS juga didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat dapat mencegah berbagai penyakit menular dan tidak menular (Ahmad, 2021). Misalnya, penelitian oleh Ginanjar (2015) menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan yang diberikan secara rutin di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap siswa terhadap PHBS. Begitu pula, penelitian oleh Yuniarti dan Sutrisno (2016) menemukan hubungan positif antara pengetahuan kesehatan dan perilaku hidup bersih dan sehat siswa di sekolah dasar.

Kolaborasi antara sekolah dan rumah sangat penting untuk memastikan sosialisasi PHBS berjalan efektif dan berkelanjutan (Rozi, dkk., 2021). Namun, meskipun berbagai upaya telah dilakukan, tantangan dalam sosialisasi PHBS masih ada. Beberapa di antaranya adalah kurangnya dukungan fasilitas yang memadai di sekolah, seperti tempat cuci tangan yang bersih dan toilet yang layak. Selain itu, kebiasaan hidup bersih dan sehat yang belum terbentuk dengan baik di rumah juga dapat menghambat efektivitas sosialisasi di sekolah. Dalam jangka panjang, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi dalam peningkatan kualitas hidup siswa. Siswa yang memiliki pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya PHBS diharapkan dapat menerapkan kebiasaan hidup sehat dalam keseharian mereka, baik di sekolah maupun di rumah (Purba, 2018). Dengan demikian, pengabdian ini tidak hanya bermanfaat bagi peningkatan pengetahuan siswa, tetapi juga bagi kesehatan masyarakat secara umum.

Tujuan pelaksanaan sosialisasi adalah untuk meningkatkan pengetahuan siswa yang mencakup beberapa aspek penting yang diharapkan dapat dicapai melalui kegiatan ini. Berikut adalah beberapa tujuan utama dari sosialisasi PHBS: 1) Meningkatkan Pengetahuan Siswa tentang PHBS, 2) Membentuk Kebiasaan Hidup Bersih dan Sehat, 3) Meningkatkan Kesadaran Akan Dampak Kebersihan dan Kesehatan, 4) Mencegah Penyakit Menular dan Tidak Menular, 5) Membangun Lingkungan Sekolah yang Sehat dan Bersih, dan 6) Mengembangkan Sikap Positif terhadap Kebersihan dan Kesehatan.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan dalam sosialisasi PHBS di sekolah meliputi ceramah, diskusi, demonstrasi, dan praktik langsung. Ceramah dan diskusi dilakukan untuk memberikan pengetahuan dasar mengenai PHBS melalui penggunaan alat bantu slide PowerPoint, video edukatif, poster, dan leaflet. Rincian materi yang diberikan pada kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS):

1. Pengantar PHBS (definisi PHBS, tujuan PHBS, komponen PHBS)
2. Kebersihan diri (cuci tangan, kebersihan gigi dan mulut, kebersihan tubuh)
3. Kebersihan lingkungan (pengelolaan sampah, menjaga kebersihan kelas dan sekolah, pentingnya sanitasi dengan penggunaan toilet yang benar dan menjaga kebersihan toilet).
4. Pola makan sehat (gizi seimbang, pemilihan makanan sehat, hidrasi yang cukup)
5. Aktivitas fisik (olahraga rutin dan pentingnya aktivitas fisik ringan seperti berjalan kaki, bersepeda, atau bermain di luar ruangan).

Menyelenggarakan demonstrasi langsung mengenai cara-cara menjaga kebersihan dan kesehatan, seperti cara mencuci tangan yang benar, menjaga kebersihan gigi dan mulut, serta praktik hidup sehat lainnya. Ini bertujuan untuk memperlihatkan secara langsung bagaimana menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari.

Untuk mengukur peningkatan pengetahuan siswa sebelum dan setelah kegiatan sosialisasi, maka dilakukan *pretest* dan *post test*. Kuesioner atau tes singkat yang mencakup pertanyaan tentang materi yang telah disampaikan diberikan kepada siswa kemudian dilakukan uji statistik untuk melihat perbedaannya. Uji statistik yang digunakan adalah *paired samples t test*. Selain itu juga dilakukan observasi pada saat siswa memperagakan perilaku hidup bersih dan sehat.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sosialisasi ini bertempat di SDN 13 Mootilango. Sasaran sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yaitu siswa-siswi kelas 4-5 SDN 13 Mootilango, sosialisasi PHBS ini di dukung dengan pemberian materi juga mengisi pre-test dan post-test yang dapat mempermudah siswa dan siswi

Vol 3 No 1 (2024), 27-31 | DOI: dx.doi.org/10.31314/Mohuyula.3.1.27-31.2024

dalam memahami materi yang disampaikan. Kegiatan Sosialisasi dilaksanakan pada 13 Desember 2023.

Dokumentasi kegiatan sosialisasi ditunjukkan dalam gambar berikut.



Gambar. 1 Pelaksanaan Sosialisasi PHBS



Gambar 2. Pelaksanaan evaluasi

Hasil evaluasi melalui pelaksanaan pre-test dan post-test ditunjukkan dalam tabel 1 berikut.

Tabel 1. Hasil evaluasi pelaksanaan pre-test dan post-test

Kelas	N	Mean		Nilai T	Nilai P
		Pre	Post		
IV	14	26,43	67,14	-7,550	0,000
V	15	28,00	49,33	-3,650	0,003

Tabel diatas memperlihatkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata nilai/skor pengetahuan sebelum dan setelah diberikan sosialisasi PHBS. Pada kelas IV terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 26,43 menjadi 67,14 setelah diberikan sosialisasi PHBS. Pada kelas V terjadi peningkatan skor rata-rata pengetahuan dari 28,00 menjadi 49,33 setelah diberikan sosialisasi PHBS. Nilai p yang < 0,05 menunjukkan ada perbedaan yang signifikan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan sosialisasi PHBS.

Penerapan PHBS yang baik di sekolah dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan siswa. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa siswa yang menerapkan PHBS

memiliki risiko yang lebih rendah terhadap penyakit menular, seperti diare dan infeksi saluran pernapasan atas (ISPA).

Penelitian oleh Rahmawati et al. (2020) yang menganalisis dampak program sosialisasi PHBS di sekolah menengah atas. Program meliputi ceramah, demonstrasi praktik cuci tangan yang benar, dan pembagian brosur informatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan siswa tentang PHBS meningkat signifikan setelah program. Sebelum program, 60% siswa memiliki pengetahuan yang baik tentang PHBS, dan setelah program, angka ini meningkat menjadi 85%. Penelitian lainnya oleh Sari et al. (2019) yang meneliti efek sosialisasi PHBS melalui media audiovisual di sekolah menengah pertama. Program ini melibatkan video edukasi, ceramah interaktif, dan diskusi kelompok. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan pengetahuan siswa sebesar 70% setelah program sosialisasi. Pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum sosialisasi hanya 55%, dan meningkat menjadi 90% setelah sosialisasi.

Sosialisasi PHBS di sekolah menghadapi beberapa tantangan, seperti kurangnya fasilitas pendukung, rendahnya kesadaran siswa dan guru, serta keterbatasan anggaran. Untuk mengatasi tantangan ini, diperlukan dukungan dari berbagai pihak, termasuk pemerintah, orang tua, dan masyarakat. Penyediaan fasilitas yang memadai, seperti tempat cuci tangan dan toilet yang bersih, sangat penting untuk mendukung penerapan PHBS (Sari, 2022). Guru memiliki peran penting dalam sosialisasi PHBS di sekolah (Chrisnawati & Suryani, 2020). Sebagai agen perubahan, guru harus memberikan contoh yang baik dalam menerapkan PHBS dan memotivasi siswa untuk melakukan hal yang sama. Pelatihan dan pengembangan kompetensi guru dalam bidang kesehatan sangat diperlukan untuk meningkatkan efektivitas sosialisasi PHBS (Notoatmodjo, 2008).

Kerjasama dengan lembaga kesehatan, seperti puskesmas dan dinas kesehatan, dapat meningkatkan keberhasilan program sosialisasi PHBS di sekolah. Lembaga kesehatan dapat memberikan dukungan berupa penyuluhan, pemeriksaan kesehatan, dan bantuan medis jika diperlukan. Kolaborasi yang baik antara sekolah dan lembaga kesehatan sangat penting untuk menciptakan lingkungan sekolah yang sehat (Depkes RI, 2012).

4. KESIMPULAN

Sosialisasi PHBS di sekolah memberikan dampak positif yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan siswa. Sosialisasi merupakan langkah strategis untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat. Dengan dukungan dari berbagai pihak, penerapan PHBS di sekolah dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan siswa dan menciptakan lingkungan belajar yang kondusif. Evaluasi dan perbaikan program secara terus-menerus diperlukan untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada mahasiswa PBL II Kesehatan Masyarakat UNG bersama dosen pembimbing lapangan karena telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan sosialisasi.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad, Z. F. (2021). The E-Learning Utilization On Attitudes And Behavior Of Diarrhea Prevention During Pandemic. Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT), 12(6), 231-236.

Ahmad, Z. F., Prasetya, E., Boekoesoe, L., & Katili, R. A. (2023). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Remaja sebagai Upaya Pencegahan Perilaku Merokok. Mohuyula: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat, 2(2), 15-21.

Bora, I. F. R., Sum, T. A., & Naru, A. L. (2023, May). Implementation of a Clean and Healthy Lifestyle for Early Childhood Education. In ICEHHA 2022: Proceedings of the 2nd International Conference on Education, Humanities, Health and Agriculture, ICEHHA 2022, 21-22 October 2022, Ruteng, Flores, Indonesia (p. 107). European Alliance for Innovation.

Chrisnawati, Y., & Suryani, D. (2020). Hubungan Sikap, Pola Asuh, Peran Orang Tua, Guru, Sarana dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada, 12(2), 1101-1110.

Depkes RI. (2011). Pedoman Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah/Madrasah (UKS/M). Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.

Ginanjar, G. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan dan Sikap Siswa dalam Menerapkan PHBS di SD Negeri 1 Bandung. Jurnal Pendidikan Kesehatan, 10(2), 125-136.

Haris, U., Prasetya, M. N., Thalib, N., Jasnur, P., Oja, H., Irawan, A., ... & Rikardus, E. (2023). The Clean And Healthy Life Education Socialization For Students At Kuprik Inpres Elementary School. Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Sejahtera, 2(2), 84-94.

Maba, W. (2022). Essential Healthy School Environment Standards to Maintain Conducive Learning Atmosphere. International Journal of Social Science, 2(1), 1211-1216.

Notoatmodjo, S. (2008). Kesehatan dan Pembangunan Sumber Daya Manusia. Kesmas, 2(5), 1.

Potts, A. (2015). A theory for educational research: Socialisation theory and symbolic interaction. Education research and perspectives, 42, 633-654.

Purba, S. (2018). Implementation Health and Clean Life Behaviour in Household.

Rahmawati, S., & Putri, D. M. (2020). Dampak Program Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah Menengah Atas. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8(3), 78-85.

Rozi, F., Zubaidi, A., & Masykuroh, M. (2021). Strategi kepala sekolah dalam menerapkan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak usia dini. Jurnal Pendidikan Anak, 10(1), 59-68.

Sari, R. D., & Wijayanti, T. (2019). Efek Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat melalui Media Audiovisual terhadap Pengetahuan Siswa. Jurnal Media Pendidikan Kesehatan, 7(2), 34-41.

Sari, W. P. (2022). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Peserta Didik Sekolah Dasar.

Yuniarti, Y., & Sutrisno, S. (2016). Hubungan Antara Pengetahuan Kesehatan dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa di Sekolah Dasar. Jurnal Keperawatan, 8(1), 90-98.