

## PENERAPAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA TATANAN SEKOLAH DI SLTP NEGERI 10 KOTA TERNATE

Tutik Lestari<sup>1)</sup>, Suryani Mansur<sup>1)</sup>, Asrul S. Silayar<sup>1)</sup>, Damra Mandae<sup>1)</sup>, Dina Imran<sup>1)</sup>, Fahdiyani Alimuddin<sup>1)</sup>, Fitria Aufat<sup>1)</sup>, Guslianti Panigfat<sup>1)</sup>, Ivon A. S.<sup>1)</sup>, Jamaluddin Sailili<sup>1)</sup>, Karmila Samsudin<sup>1)</sup>, Masra Aslam<sup>1)</sup>, Nia Arfita M. N.<sup>1)</sup>, Novrianti Togubu<sup>1)</sup>, Nurhadiyat Puradin<sup>1)</sup>, Sahratulsita B.<sup>1)</sup>, Siti Nirwani<sup>1)</sup>, Zulfira A. Pinang<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, Ternate, Maluku Utara, Indonesia

Corresponding author : Tutik Lestari  
E-mail : tutik198692@gmail.com

Diterima 17 Mei 2023, Direvisi 19 Mei 2023, Disetujui 22 Mei 2023

### ABSTRAK

Anak usia sekolah merupakan usia yang rentan menderita penyakit infeksi tertular seperti diare, kecacingan dan gangguan pencernaan lainnya. Kebiasaan mengkonsumsi makanan jajanan di sekolah serta lingkungan sekolah yang kotor sebagai salah satu faktor penyebab sehingga perlu kesadaran bersama dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah untuk meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah sebagai upaya pencegahan penyakit dalam meningkatkan derajat kesehatan. Metode yang dilakukan dalam bentuk ceramah melalui penyuluhan kesehatan dengan sasaran 39 orang peserta didik SLTP Negeri 10 Kota Ternate yang berada di kecamatan Pulau Hiri. Tahapan yang dilakukan berupa persiapan, pelaksanaan dan evaluasi menggunakan *pre-post test* Hasil yang diperoleh dari analisis uji t dependen adalah adanya peningkatan pengetahuan ( $p=0,018$ ), sehingga menunjukkan adanya pengaruh penyuluhan dalam peningkatan pengetahuan peserta didik tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Saran yang dapat direkomendasikan perlunya dukungan kebijakan penerapan dan praktik perilaku hidup bersih dan sehat oleh seluruh komponen sekolah atau masyarakat sekolah mulai dari kepala sekolah, guru, peserta didik, staf sekolah lainnya untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

**Kata kunci:** peserta didik; PHBS; sekolah

### ABSTRACT

School-age children are an age that is vulnerable to contracting infectious diseases such as diarrhea, worms, and other digestive disorders. The habit of consuming snacks at school is one of the causal factors, so that there is a need for joint awareness in implementing clean and healthy living behaviors in the school environment. The purpose of this service activity is to increase students' understanding of clean and healthy living behavior in schools as an effort to prevent disease in improving health status. The method is carried out in the form of lectures through health counseling with a target of 39 students SLTP Negeri 10 Kota Ternate who are on Hiri Island. The steps taken are in the form of preparation, implementation and evaluation using the pre-post test. The results obtained from the dependent t test analysis were an increase in knowledge ( $p = 0.018$ ), thus indicating the existence of effect counseling to increase students' knowledge about clean and healthy living behaviors. Suggestions that can be recommended are the need for policy support implementation and practice of clean and healthy living behavior by all components of the school starting from students, teachers, other school staff to create a healthy environment.

**Keywords:** learners; PHBS; school

### PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah merupakan perilaku yang dilakukan oleh masyarakat sekolah seperti peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan dan berperan aktif

dalam mewujudkan sekolah sehat (Direktorat Sekolah Dasar, 2021).

Di institusi pendidikan sekolah baik kepala sekolah, guru, karyawan sekolah, peserta didik, penjaga sekolah, penjaga kantin maupun pengunjung sekolah harus dapat mempraktikkan perilaku yang dapat menciptakan institusi pendidikan berPHBS.

Anak usia sekolah merupakan usia yang rentan tertular berbagai penyakit terutama penyakit yang menyerang organ pencernaan seperti diare, kecacingan dan gangguan pencernaan lainnya. Kebiasaan anak-anak mengkonsumsi jajanan bebas, ditambah dengan tidak mencuci tangan saat makan yang mengakibatkan terjadinya penularan penyakit. Hal ini dapat berpengaruh pada proses, perkembangan serta prestasi belajar peserta didik (Aeni, Beniarti, & Warsito, 2015). Lingkungan sekolah yang bersih dan sehat dapat memberikan kenyamanan belajar pada siswa sehingga semangat belajar dan meningkatkan prestasinya serta citra baik pada sekolah (Lina, 2017).

Salah satu sasaran PHBS adalah Institusi pendidikan. terdapat 8 indikator untuk mengetahui sekolah tersebut telah mengaplikasikan PHBS. Diantaranya mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun, konsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, membuang sampah pada tempatnya, serta menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan (Gabur, Yudiernawati, & Dewi, 2017).

PHBS di tatanan sekolah dapat terwujud dengan meningkatkan kesadaran diri dari masyarakat sekolah terutama peserta didik yang didukung dengan adanya sarana dan prasarana yang memadai. Manfaat pengabdian masyarakat ini diharapkan mampu mengedukasi anak sekolah usia 13-15 tahun untuk sadar dan mempraktikkan PHBS dalam kesehariannya sehingga mampu mencegah penyakit dalam meningkatkan derajat kesehatan dan berperan aktif untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat.

Berdasarkan uraian tersebut maka dilakukan pengabdian masyarakat dengan tema "Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Tatanan Sekolah" sehingga tujuan pengabdian ini meningkatkan pemahaman peserta didik terhadap PHBS di sekolah sebagai upaya pencegahan penyakit dalam meningkatkan derajat kesehatan.

## METODE

Pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan metode ceramah melalui penyuluhan kesehatan dengan tema Penerapan PHBS Pada Tatanan Sekolah. Waktu Kegiatan dilaksanakan pada rabu, 01 Februari 2023. Sasarannya peserta didik SLTP Negeri 10 Kota Ternate yang terletak di kecamatan Pulau Hiri sebanyak 39 orang. Media yang digunakan dalam penyuluhan

adalah laptop, proyektor, bahan *power point*, *leaflet*, brosur, baliho dan lembar kuesioner. Tahapan Program yang dilakukan adalah sebagai berikut:

### 1. Persiapan

Tim pengabdian masyarakat melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dalam menentukan jadwal pelaksanaan kegiatan beserta para peserta didik yang akan mengikuti kegiatan. Setelah disepakati jadwal pelaksanaannya maka tim pengabdian masyarakat melengkapi administrasi sebagai bukti pendukung dalam pelaksanaan kegiatan tersebut. Selain itu juga membahas tentang tempat-tempat strategis dalam pemasangan baliho yang tercantum "cara mencuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun" serta poster "8 indikator PHBS di sekolah".

### 2. Pelaksanaan

Pengisian kuesioner *pre test* dilakukan sebelum penyuluhan dimulai, dimana para peserta didik diharuskan untuk mengisi kuesioner *pre test* terkait dengan materi penyuluhan PHBS di sekolah.

Setelah mengisi kuesioner *pre test*, dilanjutkan dengan penyampaian materi terkait penerapan PHBS pada tatanan sekolah. Penjelasannya dengan menggunakan metode ceramah kemudian dilanjutkan diskusi.

Kegiatan akhir dari pengabdian masyarakat ini adalah peserta didik diharuskan untuk mengisi kembali kuesioner post test dengan pertanyaan yang sama untuk mengukur tingkat pemahaman peserta didik terkait dengan PHBS pada tatanan sekolah.

Setelah itu para peserta didik diberikan leaflet tentang 8 indikator PHBS pada tatanan sekolah. Kemudian dilanjutkan dengan pemasangan baliho dan poster di lingkungan sekolah.

### 3. Evaluasi

Evaluasi kegiatan pengabdian masyarakat ini melalui target peserta didik yang hadir sebanyak 20 orang, namun pada pelaksanaannya peserta didik yang mengikuti kegiatan melebihi target sebanyak 39 orang. Selain itu jalannya proses kegiatan tanpa adanya kendala, serta peningkatan pengetahuan peserta didik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, 01 Februari 2023 pukul 08.30 WIT sampai selesai bertempat di SLTP Negeri 10 Kota Ternate Kecamatan Pulau Hiri dengan sasaran peserta didik kelas VII sebanyak 39 orang. Diharapkan peserta didik dapat memahami materi yang telah disampaikan dan

menerapkan PHBS di sekolah dan kehidupan sehari-harinya agar dapat mencegah dari penularan berbagai penyakit serta mewujudkan sekolah yang sehat.



**Gambar 1.** Suasana Penyuluhan Kelas di SLTP Negeri 10 Kota Ternate, 1 Februari 2023

Materi penyuluhan berisi tentang 8 indikator PHBS di tatanan sekolah yaitu cuci tangan pakai sabun (CTPS), buang sampah pada tempatnya, jamban sehat, bahaya merokok, timbang berat badan (BB) dan ukur tinggi badan (TB), jajanan sehat, memberantas jentik nyamuk dan olahraga teratur. Pendidikan kesehatan seperti penyuluhan sebagai upaya mempengaruhi orang lain sehingga mau melakukan apa yang diharapkan. Hasil yang diharapkan meningkatnya derajat kesehatan dengan berperilaku yang baik dalam kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan hasil penilaian dengan uji *t dependent* menunjukkan adanya peningkatan nilai *pre tes* sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan. Rerata skor nilai *pre test* 10.77 dan setelahnya mengalami peningkatan rerata skor nilai *post test* 11.67 (Tabel 1). Hasil analisis statistik ( $p < 0.018$ ) menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan peserta didik dalam pemahamannya tentang menerapkan PHBS pada tatanan sekolah.

**Tabel 1.** Hasil *Pre Test* dan *Post Test* Pengetahuan Peserta Didik di SLTP Negeri 10 Kota Ternate

	Mean	Std. Deviation	Sig (2-tailed)
Sebelum	10,77	2.24	0.018
Sesudah	11,67	3.107	

Sumber: Data Primer, 2023

Selain pemberian informasi, tim pengabdian masyarakat juga melakukan wawancara dan observasi dengan guru di

sekolah terkait dengan fasilitas yang mendukung peserta didik menerapkan PHBS di sekolah salah satunya fasilitas tempat mencuci tangan. Tidak semua ruang kelas memiliki fasilitas tersebut, masih ada masyarakat sekolah yang merokok di lingkungan sekolah, pengukuran BB dan TB tidak setiap bulan berjalan, jamban yang belum memenuhi syarat. Dengan adanya penyuluhan penerapan PHBS di tatanan sekolah menjadi kesadaran para masyarakat sekolah untuk menjaga lingkungan sekolah dan menciptakan sekolah sehat.

Pemerintah harus menyiapkan fasilitas yang memadai di institusi pendidikan agar memastikan pendidikan berkualitas seperti air bersih menjadi kebutuhan yang penting untuk keperluan sanitasi, bahan baku air minum, mencuci tangan dan penggunaan lainnya; ketersediaan jamban yang mencukupi bagi seluruh masyarakat sekolah; adanya informasi tentang bahaya merokok sehingga kebiasaan merokok harus dihilangkan agar menciptakan lingkungan sekolah yang sehat; informasi tentang bahaya lingkungan kotor dan sebagainya. Kebersihan lingkungan sekolah menjadi tanggung jawab dan rasa saling membutuhkan agar semua masyarakat sekolah merasa nyaman berada di lingkungan sekolah (Direktorat Sekolah Dasar, 2021).

Hasil pengabdian ini didukung oleh penelitian Rismawan di Denpasar yang menyatakan bahwa peran penting dari sekolah dalam menyebarkan informasi ke peserta didik tentang pelaksanaan PHBS di lingkungan sekolah atau masyarakat (Rismawan, Angraini, & Kasmini, 2018). Meningkatnya pengetahuan dan kesadaran siswa setelah mendapatkan penyuluhan (Nurmahmudah, Puspitasari, & Agustin, 2018). Pemberian informasi disertai dengan contoh olahraga yang teratur dan terukur membuat para siswa semangat dalam menerima materi, terlihat adanya peningkatan pengetahuan sebesar 100% pada rerata nilai *post test* (Febriani et al, 2022). Selain itu metode penyampaian informasi dengan gambar dan film dapat diterima dengan baik yang secara efektif mampu meningkatkan pengetahuan siswa (Sugiritama, 2021). Praktik mencuci tangan yang benar dengan menggunakan sabun dan air mengalir penting dilakukan jika menyentuh benda-benda disekeliling kita dan sebagainya yang berpotensi menimbulkan penularan penyakit (Febriawati, 2023; Fahrurrozi, 2023).



**Gambar 2.** Contoh Poster 8 Indikator PHBS Pada Tataan Sekolah, Dipasang di Beberapa Tempat SLTP Negeri 10 Kota Ternate, 1 Februari 2023

Poster yang berisi pesan 8 indikator PHBS pada tatanan sekolah tujuannya untuk mengajak masyarakat sekolah (kepala sekolah, guru, karyawan sekolah, peserta didik, penjaga kantin dan pengunjung sekolah) dapat menerapkan PHBS di lingkungan sekolah. 8 indikator PHBS, diantaranya: Cuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun, konsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, membuang sampah pada tempatnya, serta menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan.



**Gambar 3.** Pemasangan Poster di Jendela Ruang Kelas dan Kantin SLTP Negeri 10 Kota Ternate, 1 Februari 2023

Penyampaian informasi bukan saja hanya melalui audiovisual namun melalui media cetak yang berisi pesan-pesan kesehatan, agar masyarakat sekolah dapat memiliki kesadaran diri dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. Selain poster yang dipasang pada tempat strategis seperti papan informasi, jendela setiap ruang kelas atau ruang belajar, kantin sekolah dan pintu masuk yang mudah dijangkau dan dibaca oleh masyarakat sekolah, tim pengabdian masyarakat juga melakukan pemasangan

baliho terkait dengan ajakan mencuci tangan dengan menggunakan air mengalir dan sabun (Gambar 4). Baliho dipasang di halaman sekolah tepatnya di lapangan sehingga sangat mudah dijangkau oleh masyarakat sekolah.



**Gambar 4.** Pemasangan Poster di Papan Informasi SLTP Negeri 10 Kota Ternate, 1 Februari 2023



**Gambar 5.** Baliho Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di SLTP Negeri 10 Kota Ternate, 1 Februari 2023

Sesi diskusi dan tanya jawab berlangsung setelah penyuluhan diberikan. Terlihat seluruh peserta menyimak dengan antusias, dari beberapa pertanyaan yang diajukan peserta didik mampu menjawab dan adanya pertanyaan dari peserta didik kepada pemateri. Pada akhir kegiatan peserta didik melakukan pengisian kuesioner kembali dengan pertanyaan yang sama. Dengan adanya evaluasi melalui pre dan post tes, tim pengabdian masyarakat dapat mengetahui tingkat pemahaman peserta didik setelah mendapatkan informasi tersebut. Selain itu tim pengabdian masyarakat membagikan leaflet tentang PHBS di tatanan sekolah agar para peserta didik dapat membaca kembali isi pesan kesehatan tersebut.



**Gambar 6.** Foto Bersama dengan Peserta Didik SLTP Negeri 10 Kota Ternate, 1 Februari 2023

### SIMPULAN DAN SARAN

Adanya peningkatan pemahaman sebelum diberikan penyuluhan dengan sesudah diberikan penyuluhan. Para peserta didik yang telah mendapatkan informasi tentang PHBS diharapkan menjadi contoh dalam berperilaku hidup bersih dan sehat di sekolah sehingga dapat menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. Perlunya dukungan kebijakan dan praktik PHBS oleh seluruh komponen sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Maluku Utara, pihak sekolah, para peserta didik dan mahasiswa PBL II Kelompok 1 Kelurahan Togolobe yang telah mendukung dan berpartisipasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini.

### DAFTAR RUJUKAN

- Aeni, Q., Beniarti, F., & Warsito, B. E. (2015). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Pemutaran Video tentang PHBS Cuci Tangan terhadap Pengetahuan dan Sikap. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 1–5.
- Direktorat Sekolah Dasar, K. (2021). *Buku Saku Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi Covid19*. 24.
- Fahrurrozi, M. uhammad et al. (2023). Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di SMP Negeri 3 Narmada. *El-Mujtama: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(1), 15–20. <https://doi.org/10.47467/elmutjama.v3i1.2087>
- Febriani, C. A., & Al, E. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah Di 01 Langkapura. *Journal of Community Services in Humanities and Social*

*Sciences*, 4(1), 27–38.

- Febriawati, H. et al. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SMP Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1412–1426.
- Gabur, M. G., Yudiernawati, A., & Dewi, N. (2017). Hubungan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) terhadap Personal Hygiene Anak Usia Sekolah Di SDN Tlogomas 2 Malang. *Journal Nursing News*, 2(1), 533–542.
- Lina, H. P. (2017). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa Di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal Promkes*, 4(1), 92–103. <https://doi.org/10.20473/jpk.v4.i1.2016.92-103>
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *Jurnal ABDIMAS UMTAS*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>
- Rismawan, M., Angraini, K., & Kasmini, N. K. (2018). Plaksanan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada SDN Di Kota Denpasar. *JRKN*, 02(01), 71–80.
- Sugiritama, I. W. et al. (2021). Pengembangan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah Melalui Metode Penyuluhan. *Buletin Udayana Mengabdi*, 20(1), 64–70. <https://doi.org/10.24843/bum.2021.v20.i01.p11>