

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Dasar di Desa Pancana, Kecamatan Tanete Rilau, Kabupaten Barru

Hikmawati Usman¹, Nurul Ramadhani², Rizky Amalia Pratiwi³, Arindi Nurul Amalia Asman⁴, Siti Aryana⁵, A. Ashyar Wikra⁶, Waode Aisya Rahmani Nur Fitri⁷, Hasmah Uniamy⁸, Aldiwansa⁹

¹PGSD, Universitas Negeri Makassar

^{2,3}Administrasi Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

⁴Teknologi Pendidikan, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Makassar

^{5,6}Ilmu Administrasi Bisnis, Fakultas Ilmu Sosial dan Hukum, Universitas Negeri Makassar

⁷Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar

^{8,9}Teknik Sipil Bangunan Gedung, Fakultas Teknik, Universitas Negeri Makassar

hikmawaty.usman@unm.ac.id, nurulramadhani.nur@com, ikkyrizkyamaliapратиwi.@.com,
arindinurula@gmail.com, aryanaanha21@gmail.com, a.asyharwikra2002@gmail.com,
Syagerger@gmail.com, uniamyhasmah@gmail.com, aldiwansa74@gmail.com.

ABSTRAK

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya ialah sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur-jalur komunikasi sebagai media berbagai informasi. Cuci Tangan merupakan suatu upaya atau tindakan untuk menghilangkan mikroorganisme berupa virus, bakteri dan parasite yang telah terkontaminasi dari makanan dan minuman dengan melalui perantara tangan. Tujuan utama dari gerakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ialah dapat meningkatkan kualitas pada kesehatan dengan memberikan informasi dan edukasi yang menjadi awal dari kontribusi individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat. Selain itu, PHBS ini memiliki manfaat yakni dapat terciptanya masyarakat yang sadar akan pentingnya Kesehatan dan memiliki bekal pengetahuan dan kesadaran untuk dapat menjalani perilaku hidup yang senantiasa menjaga kebersihan dan dapat memenuhi standar kesehatan. Penyuluhan ini menggunakan komunikasi kelompok yang dilakukan secara tatap muka yang dihadiri peserta rata-rata sebanyak 17-25 siswa. SD kelas 5-6. Sasaran ini sebagai subjek dan objek dalam kegiatan ini. Penyuluhan ini menggunakan metode ceramah (lisan), diskusi dan sesi tanya jawab. Hasil yang diperoleh melalui Pengabdian kepada adik” ini adalah terdapat peningkatan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan sehat dan Langkah Mencuci Tangan yang benar. Pada saat penyuluhan berlangsung peserta memiliki antusias yang tinggi serta menyimak dengan baik sehingga terjadilah diskusi yang aktif antara penyaji dengan peserta.

Kata kunci: PHBS, CTPS, Penyuluhan

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior is basically an effort to transmit experiences regarding clean and healthy living behavior through individuals, groups or the wider community using communication channels as a medium for various information. Hand washing is an effort or action to remove microorganisms in the form of viruses, bacteria and parasites that have been contaminated from food and drink through the hands. The main aim of the Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) movement is to improve the quality of health by providing information and education which is the beginning of individual contributions in living clean and healthy daily life behavior. Apart from that, PHBS has the benefit of creating a society that is aware of the importance of health and has the knowledge and awareness to be able to live a life behavior that always maintains cleanliness and can meet health standards. This counseling uses face-to-face group communication which is attended by

an average of 17-25 students in elementary school grades 5-6. This target is the subject and object in this activity. This extension uses lecture (oral) methods, discussions and question and answer sessions. The results obtained through this devotion to younger siblings are an increase in knowledge regarding clean and healthy living behavior and correct steps for washing hands. During the counseling, the participants had high enthusiasm and listened well so that there was an active discussion between the presenter and the participants.

Keyword: *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS0, Wash Hands, Counseling*

PENDAHULUAN

Anak usia sekolah merupakan kelompok yang berisiko terkena masalah kesehatan. Masalah kesehatan tersebut diantaranya adalah diare, tifus, kecacingan, penyakit kulit, dan lainnya. Hal inilah yang mendasari pentingnya seseorang menjaga kesehatan sejak dini. Sehat merupakan hak setiap individu agar dapat melakukan segala aktivitas hidup sehari-hari. Untuk bisa hidup sehat, kita harus mempunyai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (Fajar Akbar et al., 2023). Penanaman nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah merupakan kebutuhan penting bagi anak sekolah agar memperoleh pengetahuan serta mempraktikkan PHBS sehingga dapat mencegah penyakit. Periode anak usia sekolah merupakan titik awal pembentukan perilaku sehat sehingga menjadi sasaran strategis pendidikan kesehatan (Efendi et al., 2023).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) bertujuan untuk menjaga kebersihan diri, mencegah terjadinya penularan penyakit, dan menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. Manfaat PHBS di sekolah yaitu terciptanya sekolah yang bersih dan sehat sehingga peserta didik, guru, dan lingkungan masyarakat sekolah terlindungi dari berbagai gangguan dan ancaman penyakit, meningkatkan semangat proses belajar mengajar (Alamaret al., 2022). PHBS suatu kebutuhan yang harus dipenuhi untuk mengenali munculnya berbagai penyakit yang sering membahayakan anak usia sekolah (Alamar et al., 2022).

Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diharapkan dapat meng-ingatkan siswa untuk selalu menjaga kebersihan tidak hanya dilingkungan sekolah tapi juga diluar sekolah. Penyuluhan diberikan dengan cara menyisipkan kuis berhadiah agar siswa tertarik dan lebih mudah memahami materi yang diberikan. Secara nasional PHBS sekolah meliputi 8 indikator antara lain mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai sabun, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, penggunaan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan tinggi badan setiap 6 bulan sekali dan membuang sampah pada tempatnya (Hidayat et al., 2023).

Berdasarkan pembahasan masalah diatas, maka dibutuhkan tindakan pencegahan secara dini penyakit yang disebabkan oleh cuci tangan yang tidak benar, sehingga diperlukan penyuluhan secara langsung pada anak sekolah di Desa Pancana, Kecamatan Tanete Rilau, Kabupaten Barru. Kegiatan pengabdian penyuluhan ini bertujuan untuk menambah pengetahuan siswa tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah demi mewujudkan sekolah yang sehat.

METODE KEGIATAN

Kegiatan ini dilaksanakan dengan memberikan penjelasan dan pemahaman tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di Sekolah Dasar (SD) dengan menggunakan media gambar, poster, *PowerPoint* (PPT) dan video. Kegiatan ini bertujuan agar para siswa dapat menjaga kebersihan diri, mencegah terjadinya penularan penyakit, dan menciptakan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilakukan pada empat sekolah dasar di Desa Pancana, Kecamatan Tanete Rilau, Kabupaten Barru, yaitu UPTD. SDN 64 Barru, UPTD. SDN 70 Barru, MI DDI Desa Pancana, dan UPTD. SDN 52 Barru. Sasaran pada kegiatan ini diwakili oleh siswa kelas 5 dan 6 SD yang dianggap sudah mampu menjawab pertanyaan *pre-test* dan *post-test*, yang bertujuan untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa terkait PHBS.

Kegiatan pertama diawali dengan pengenalan dan pembagian *pre-test* mengenai PHBS sebelum kegiatan inti dimulai. Setelah pembagian *pre-test*, kegiatan inti dimulai dengan memberikan penjelasan tentang PHBS melalui CTPS di sekolah dengan menggunakan PPT dan video. Diakhir sesi dilaksanakan praktek mengenai 6 langkah cuci tangan pakai sabun yang baik dan benar. Kemudian

dilanjutkan dengan sesi tanya jawab dan pembagian *post-test* untuk melihat pemahaman siswa mengenai materi yang sudah diberikan.

HASIL & PEMBAHASAN

Tahap Persiapan

Pada tahap ini terdapat hal-hal penting yang perlu dilakukan agar pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) di sekolah dasar dapat terlaksana dengan lancar, yaitu sebagai berikut.

1. Melakukan observasi awal di empat sekolah dasar yang ada di desa Pancana, serta memberikan surat izin mengadakan penyuluhan PHBS kepada kepala sekolah di setiap masing-masing sekolah.
2. Mempersiapkan materi dan media penyuluhan berupa *PowerPoint*, video, gambar dan poster.
3. Mempersiapkan perlengkapan lainnya berupa laptop, LCD, *speaker*, sabun cuci tangan, dan hadiah.
4. Mempersiapkan materi evaluasi *pre-test* dan *post-test* untuk mengukur tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS.
5. Mempersiapkan proses evaluasi berupa pertanyaan yang ditujukan kepada para siswa

Tahap Pelaksanaan

Kegiatan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) bertempat di 4 SD pada masing-masing dusun di Desa Pancana, Kecamatan Tanete Rilau, Kabupaten Barru. Penyuluhan yang pertama dilaksanakan pada hari Sabtu, 28 Oktober 2023 di UPTD. SDN 64 Barru, yang kedua dilaksanakan pada hari Senin, 30 Oktober di UPTD. SDN 70 Barru, yang ketiga dilaksanakan pada hari Kamis, 2 November 2023 di MI DDI Desa Pancana, dan yang terakhir dilaksanakan pada hari Sabtu, 4 November 2023 di UPTD. SDN 52 Barru.

Sasaran kegiatan ini adalah siswa sekolah dasar kelas 5 dan 6. Peserta yang hadir rata-rata sebanyak 17-25 siswa. Siswa yang mengikuti kegiatan penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diharapkan dapat memahami materi yang telah diberikan dan dapat mengaplikasikannya dalam lingkungan sekolah dan kehidupan sehari-hari.

Kegiatan penyuluhan ini disampaikan menggunakan media *PowerPoint* (PPT), Poster, dan Video Animasi tentang praktek Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Pemateri menjelaskan melalui proyektor LCD yang dipantulkan ke papan tulis dan juga menggunakan pengeras suara atau *speaker*. Kegiatan ini diawali dengan pembukaan sekaligus pengenalan mahasiswa kepada siswa sekolah dasar. Kemudian dilanjutkan dengan pembagian *pre-test* kepada seluruh peserta sebelum diberikan materi penyuluhan. *Pre-test* tersebut berisi tentang kepanjangan dari CTPS, manfaat CTPS, kapan CTPS dilakukan, serta langkah-langkah CTPS.

Kegiatan selanjutnya adalah penyampaian materi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan indikator Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Setelah itu dilanjutkan dengan pemutaran video CTPS melalui 6 langkah yang baik dan benar, serta mengajak para siswa untuk mempraktikkannya secara langsung. Selama melaksanakan kegiatan penyuluhan berlangsung, seluruh siswa menyimak materi yang diberikan dengan tertib dan baik.

Setelah sesi penyampaian materi selesai, dilanjutkan dengan evaluasi yaitu sesi tanya jawab dengan pemberian hadiah bagi siswa yang berhasil menjawab pertanyaan dengan benar. Setelah itu, pembagian *post-test* oleh mahasiswa untuk membandingkan tingkat pengetahuan siswa sebelum diberi penyuluhan. Pada akhir kegiatan, mahasiswa menempelkan poster di dinding kelas yang berisi 6 langkah CTPS yang baik dan benar serta kapan sebaiknya CTPS dilakukan.

Hasil kegiatan pengabdian berjalan dengan baik dan lancar, terlihat para siswa mampu mempraktikkan langkah-langkah CTPS yang telah disampaikan pada saat penyuluhan. Selain itu, mereka juga mampu menerapkan CTPS yang benar sesuai dengan materi penyuluhan yang telah disampaikan sebelumnya. Hasil ini sejalan dengan penelitian Wijaya, (2023) bahwa tingkat pengetahuan santri terkait pentingnya CTPS (Cuci Tangan Pakai Sabun) berkategori baik sebelum dilakukan intervensi sebanyak 6 peserta (37,5%) dan setelah dilakukan intervensi meningkat menjadi 15 peserta (93,75%). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian Irham, Nabila, Rahmi, Aliyyah, Azzahra, & Pane (2023) bahwa ditemukannya perbedaan pengetahuan siswa antara sebelum dan sesudah dilakukannya sebuah intervensi dalam bentuk penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS).

Perbedaan ini menyebabkan adanya peningkatan pengetahuan siswa sekolah dasar yang ada di daerah Kelurahan Sei Mati Kecamatan Medan Labuhan.

Selain itu, didapati juga adanya peningkatan angka pengetahuan siswa melalui pembagian *pre-test* dan *post-test* setelah diberikan penyuluhan Kesehatan tentang PHBS dengan indikator CTPS. Hal ini sesuai dengan penelitian Apriliany, Umboro, Fatimatuazzahra, & Hastuti (2023) bahwa dari hasil rata-rata nilai tes pretest (40,5), tes posttest (89,0) dan terjadi peningkatan rata-rata 48,5 dengan persentase peningkatan hardskill sebesar 48,5%, yang menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan siswa/i terhadap pentingnya cuci tangan pakai sabun untuk kesehatan dan pencegahan penyakit pada anak.



Gambar 1. Penyuluhan dan Praktik di SDN 64 Barru



Gambar 2. Penyuluhan dan Praktik di SDN 70 Barru



Gambar 3. Penyuluhan dan Praktik di MI DDI Pancana



Gambar 4. Penyuluhan dan Praktik di SDN 52 Barru



Gambar 5. Poster Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)

KESIMPULAN & SARAN

Kesimpulan

Sesudah melakukan kegiatan ini, diharapkan dapat terwujud nya siswa/i yang sehat dan langkah ini dimulai dari generasi muda yang akan menjadi tombak masa depan bangsa. Dengan melakukan implementasi dari PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) maka dapat terciptanya Indonesia yang lebih peduli akan pola hidup bersih dan tentunya pola hidup yang sehat. Termasuk dalam pola hidup bersih adalah menjalankan pola hidup sehat seperti menghindari konsumsi rokok, alkohol serta hal-hal yang dapat membahayakan kesehatan. Lakukan imunisasi atau vaksinasi sesuai anjuran. Prinsip pola hidup bersih dalam Gizi Seimbang mendukung program kesehatan lingkungan yang dikenal dengan program PHBS serta melakukan kebersihan pada anggota tubuh sebagai salah satunya yakni pada tangan yang dimana tangan merupakan anggota tubuh yang sering menyentuh barang barang yang belum tahu kebersihannya.

Kegiatan program KKN berupa PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) yang telah dilaksanakan di beberapa Sekolah Dasar di Desa Pancana, Kecamatan Tanete Rilau, Kabupaten Barru. Program PHBS ini bertujuan untuk memberikan komunikasi, informasi, dan edukasi mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat bagi masyarakat. Kegiatan penyuluhan PHBS ini menggunakan metode ceramah (lisan) dan tanya jawab dengan bantuan media berupa media gambar, poster, *Power Point* (PPT) dan video. Selain itu juga Siswa/i melakukan praktik cuci tangan pakai sabun. Sebelum kegiatan berlangsung siswa/i melakukan perkenalan dan pembagian *pre-test*, kegiatan inti dimulai dengan memberikan penjelasan tentang PHBS melalui CTPS di sekolah dengan menggunakan PPT dan video. Dan saat kegiatan penyuluhan berlangsung peserta yang hadir dapat menyimak dengan baik sehingga terjadi diskusi yang aktif antara peserta dengan penyaji.

SARAN

Bagi pihak sekolah diperlukan adanya pendidikan kesehatan yang menganjurkan untuk selalu membiasakan mencuci tangan sebelum makan dan setelah bermain menggunakan sabun dan air mengalir. Selain itu dilakukan pemeriksaan kebersihan kuku dan mengharuskan kepada anak-anak untuk selalu memotong kuku serta menganjurkan untuk selalu menggunakan alas kaki saat bersekolah dan saat bermain diluar rumah.

Lantas diharapkan bahwa setelah kehadiran dari Mahasiswa UNM di lingkungan Sekolah maka siswa/i di lingkungan sekitar dapat tersadar bahwa pada sektor kesehatan juga tidak kalah pentingnya bagi kebutuhan selayaknya manusia. Dengan melakukan PHBS & CTPS sehari hari, tentunya menjadi sebuah keuntungan tersendiri karena dengan sehat, masyarakat bisa terus produktif melakukan kegiatan sehari hari nya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, F., Adiningsih, R., Islam, F., & Nurhidayah, D. N. (2023). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Sanitasi Profesional Indonesia*, 4(01), 44-53.
- Apriliany, F., Umboro, R. O., Fatimatu Zahra, F., & Hastuti, H. (2023). Edukasi Dan Praktek Cuci Tangan Pakai Sabun Untuk Kesehatan Dan Pencegahan Diare Pada Anak. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(2), 806-811.
- Dewi, K. R., Sukaesih, N. S., & Lindayani, E. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Lembar Balik Terhadap Peningkatan Sikap Phbs Pada Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2), 793-800.
- Efendi, S., Senggo'palyukan, S., Pashar, I., & Putri, N. A. (2023). Analisis Gambaran Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Dan Kejadian Diare Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Kabupaten Jeneponto. *Nursing Update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-Issn: 2085-5931 E-Issn: 2623-2871*, 14(4), 104-111.
- Hidayat, C. T., Nurrahman, F., Nafilatulbalqis, N., Lestari, D. P., Ningsih, R., Alfioni, D. R., ... & Damayanti, I. Y. (2023). Penyuluhan Phbs Pada Anak Sekolah Dasar Di Sdn 1 Dukuhmencek Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Pengabdian Teknologi Informasi Dan Kesehatan (Diankes)*, 1(1), 25-31.
- Irham, A. M., Nabila, A. A., Rahmi, A. A., Aliyyah, A. F., Azzahra, A., & Pane, A. (2023). Pengaruh Penyuluhan Ctps Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Sekolah Dasar Di Kelurahan Sei Mati Medan Labuhan. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(2), 1653-1658.
- Kimsen, K., & Pambudi, J. E. (2023). Penyuluhan Praktek Cuci Tangan Menggunakan Sabun Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 01 Desa Sukamantri Tangerang. *Kegiatan Positif: Jurnal Hasil Karya Pengabdian Masyarakat*, 1(3), 99-106.
- Natsir, M. F. (2018). Pengaruh Penyuluhan Ctps Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Sdn 169 Bonto Parang Desa Barana. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(2).
- Sarashy, N. B. H., Cahyani, C. N., Fadhilah, L. N., Hanifah, S. Y., & Widiarini, R. (2023). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun (Ctps) Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Kesehatan Di Lingkungan Sekolah. *Apma Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 87-94.
- Wijaya, D. R. (2023). Penyuluhan Cuci Tangan Pakai Sabun Pada Santri Tpa Nurul Muallim Kab. Gowa. *Sociality: Journal Of Public Health Service*, 65-69.