

**IMPLEMENTASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM
MEMBANGUN GAYA HIDUP SEHAT SEJAK DINI DI SEKOLAH DASAR NEGERI
(SDN) LENGKONG 1, DESA LENGKONG, KECAMATAN MOJOANYAR
KABUPATEN MOJOKERTO**

Agus Aan Adriansyah

Prodi S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

aan.naufal87@unusa.ac.id

Nurul Jannatul Firdausi

Prodi S1 Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya.

nuruljf@unusa.ac.id

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku. Pelaksanaan Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat menysasar siswa sekolah dasar untuk membangun karakter cinta kebersihan dan kesehatan sejak dini. Analisis situasi menunjukkan kesadaran hidup bersih dan sehat masyarakat masih kurang. Pengabdian Masyarakat dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Lengkong 1, Desa Lengkong, Kecamatan Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto. Target pelaksanaan pengabdian ini adalah meningkatkan pemahaman dan wawasan, meningkatkan kesadaran dan adanya perubahan perilaku. Peningkatan pengetahuan dan kesadaran diukur melalui pretest dan posttest. Peserta sosialisasi adalah Siswa Kelas 4 SD sebanyak 12 siswa dengan kisaran usia 10-11 tahun dan sebagian besar berjenis kelamin laki-laki. Sebanyak 54,80% siswa mendapatkan nilai tertinggi (100) pada pretest dan peserta yang mendapatkan skor tertinggi pada posttest meningkat menjadi 10 siswa (83,30%). Hasil evaluasi pretest dan posttest menunjukkan sebanyak 58,30% pengetahuan siswa tetap dan 41,70% pengetahuan naik. Keterkaitan jenis kelamin dengan pengetahuan menunjukkan bahwa siswa perempuan memiliki pengetahuan yang lebih luas dibandingkan siswa laki-laki. Hasil evaluasi juga menunjukkan siswa dengan usia lebih muda memiliki progress yang lebih baik terkait perubahan tingkat pengetahuan. Peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah sosialisasi membuktikan bahwa kegiatan sosialisasi terkait

permasalahan PHBS berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman dan wawasan anak-anak, dan peningkatan kesadaran anak-anak sekolah dalam berperilaku PHBS.

Kata Kunci: PHBS, Gaya Hidup Sehat, Sosialisasi

Abstract

Clean and Healthy Behavior (PHBS) is an effort to provide learning experiences, provide information and educate to improve knowledge, attitudes and behavior. Implementation of Socialization of Clean and Healthy Behavior targeting elementary school students to build the character of love of hygiene and health early on. Situation analysis shows the awareness of clean and healthy life of the community is still lacking. Community Service is implemented at State Elementary School (SDN) Lengkong 1, Lengkong Village, Mojoanyar District, Mojokerto Regency. The goal of this dedication is to improve understanding and insight, raise awareness and change behavior. The accompanying notes to the consolidated financial statements are an integral part of the cash flow statement. Participants of the socialization are 4th graders of elementary school as many as 12 students with a maximum age of 10-11 years and most of the male sex. As many as 54.80% the nationality value and the score is 10 students (83.30%). The result of pretest and posttest evaluation shows that 58,30% of students' knowledge is fixed and 41,70% knowledge goes up. The linkage of sex with knowledge of showing female students has a wider knowledge than male students. The results of the evaluation also showed that students with younger age have better progress related to the change of knowledge level. Increased knowledge that occurred after socialization proved socialization activities related to teenagers PHBS problems to increase understanding and insight of children, and increased awareness of school children Behave PHBS.

Keywords: PHBS, Healthy Lifestyle, Socialization

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku. Pendekatan yang dilakukan untuk mengenalkan program PHBS yaitu melalui pendekatan pimpinan (*advocacy*), bina suasana (*social support*), dan pemberdayaan masyarakat (*empowerment*). Pendekatan ini dilakukan sebagai suatu upaya guna membantu masyarakat mengenali dan mengatasi masalahnya sendiri sehingga masyarakat sadar dan dapat menerapkan cara-cara hidup sehat, dalam rangka menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatan.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat terkait Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini pelaksanaannya difokuskan pada sasaran anak-anak SD Negeri Lengkong 1. Pemilihan lokasi pengabdian masyarakat di Kabupaten Mojokerto, khususnya di Desa Lengkong ini didasarkan atas beberapa pertimbangan diantaranya adalah masih rendahnya kesadaran masyarakat terkait PHBS, masih kurangnya sosialisasi mengenai pentingnya PHBS, masih rendahnya kesadaran

sebagian kecil masyarakat untuk berperilaku hidup bersih dan sehat didukung dengan pola hidup masyarakat yang berdampak pada penurunan kualitas lingkungan tempat tinggal, dan kurangnya kepedulian masyarakat dan pengambil kebijakan terhadap program-program yang bersifat preventif dan promotif (pencegahan dan promosi).

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini, diberikan pada anak-anak SD kelas 4.

Anak-anak diberikan wawasan, pengetahuan dan ilmu terkait PHBS dan pentingnya serta manfaat dari penerapan PHBS sejak dini. Anak-anak kemudian dibekali pemahaman dengan mengamati situasi dan kondisi lingkungan maupun masalah kesehatan melalui bentuk-bentuk aktivitas permainan games, kuis, tanya jawab maupun soal-soal *pretest* dan *posttest*. Tujuan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah:

1. Meningkatkan pemahaman dan wawasan anak-anak, yang merupakan generasi penerus bangsa, tentang pentingnya hidup bersih dan sehat.
2. Meningkatkan kesadaran anak-anak sekolah dalam berperilaku PHBS.
3. Terdapat perubahan perilaku yang lebih baik pada anak-anak dalam PHBS.

GAMBARAN UMUM MASYARAKAT SASARAN

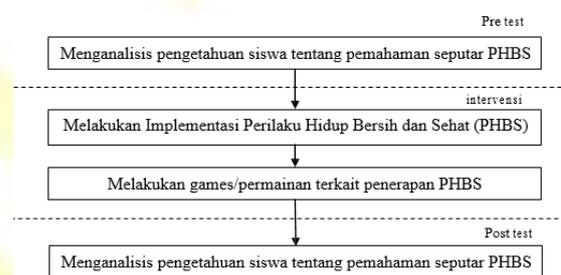
Kegiatan pengabdian masyarakat terkait Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini pelaksanaannya difokuskan pada anak-anak SD Negeri Lengkong 1. Pemilihan lokasi pengabdian masyarakat di Kabupaten Mojokerto, khususnya di Desa Lengkong ini didasarkan atas beberapa pertimbangan diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Desa Lengkong merupakan salah satu desa dengan penilaian kategori tingkat resiko tinggi untuk masalah PHBS.
2. Lingkungan masyarakat sekitar masih dijumpai sampah berserakan, sampah terbuang disungai, selokan tidak terawat.
3. Masalah kesehatan utamanya yang terkait dengan PHBS yaitu penyakit ISPA masih terbilang tinggi. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto, semenjak tahun 2013 penyakit terbanyak mewabah di Kabupaten Mojokerto pada tahun 2013 adalah penyakit ISPA sebanyak 27,41%
4. Berdasarkan hasil Studi EHRA 2013 terkait tempat penyaluran buangan akhir tinja, terlihat bahwa masih banyak rumah tangga yang buangan akhir tinjanya di buang di tempat yang tidak aman yaitu cubluk/ lobang tanah dan

sungai yang beresiko dapat mencemari sumber air sebesar 20,3%.

METODE

Kerangka operasional dalam pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan cara bersosialisasi kepada seluruh sasaran selama 1 hari. Pelaksanaan pengabdian masyarakat dilakukan seperti Gambar 1. berikut ini.

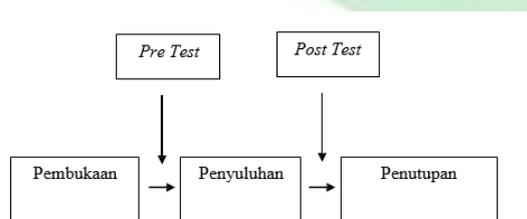


Gambar 1. Kerangka Operasional Pengabdian Masyarakat

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan mekanisme sebagai berikut:

1. Menganalisis pengetahuan, wawasan, dan kesadaran siswa tentang PHBS. Sebelum intervensi, pengabdian masyarakat ini memotret pengetahuan, wawasan, dan kesadaran yang dimiliki oleh seluruh siswa kelas 4 di lingkungan SDN Lengkong 1. Pemotretan kondisi awal dilakukan melalui:
 - a. Melihat situasi lingkungan di sekitar sekolah.
 - b. Mengukur pemahaman dan pengetahuan individu tentang PHBS.

2. Intervensi dilakukan dengan metode sosialisasi Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini. Sosialisasi ini mengharapkan pemahaman, pengetahuan dan kesadaran setiap individu dapat meningkat. Kemudian untuk melihat perubahan pola perilaku, anak-anak diberikan games/permainan.
3. Menganalisis pengetahuan, wawasan, dan kesadaran para siswa SDN Lengkong 1 setelah dilakukan intervensi sosialisasi Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Evaluasi terhadap intervensi sosialisasi yang dilakukan sama seperti cara yang dilakukan untuk memotret kondisi awal sebelum intervensi.



Gambar 2.
Gambaran Proses Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Setelah selesai intervensi sosialisasi, maka langkah akhir adalah melakukan evaluasi. Evaluasi dirancang dengan membandingkan kondisi pengetahuan dan kesadaran awal sebelum intervensi dengan setelah pelaksanaan intervensi. Pemotretan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang

PHBS, dengan menggunakan kuesioner individu yang berupa pre test dan post test. Pre test dan post test yang diberikan kepada anak-anak berupa kuesioner yang berisi 10 pertanyaan yang dilengkapi dengan gambar-gambar perihal PHBS dengan instruksi mencari jawaban dengan mencocokkan gambar-gambar jawaban yang telah tersedia. Bentuk soal dan isi pertanyaan antara pretest dan posttest adalah sama, hanya dibedakan dengan penempatan nomor soal yang diacak. Setiap soal yang dijawab dengan benar memperoleh nilai 10, dan jika benar semua memperoleh nilai 100. Bentuk evaluasi pre test dan post test digunakan untuk mengevaluasi apakah terjadi peningkatan pengetahuan, wawasan dan pemahaman dari anak-anak terkait dengan adanya intervensi sosialisasi Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hasil evaluasi yang diperoleh dari pre test dan posttest selanjutnya dianalisis secara statistik dengan bantuan program SPSS dengan jenis uji dependent t-test atau Paired t-test ataupun dengan uji nonparametric yaitu Wilcoxon t-test.

Disamping itu, setelah pelaksanaan intervensi, anak-anak diberikan beberapa bentuk permainan seperti ular tangga dan lempar bola keberuntungan. Dalam permainan tersebut, anak-anak tentunya mendapatkan beberapa pertanyaan untuk melengkapi pelaksanaan permainannya.

Pertanyaan yang diberikan juga seputar PHBS. Setiap peserta yang mampu menjawab pertanyaan dengan benar mendapatkan reward.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang dicapai dari pelaksanaan kegiatan program pengabdian masyarakat, Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini di SDN Lengkong 1, Desa Lengkong, Mojoanyar, Mojokerto. adalah sebagai berikut.

Distribusi Peserta Berdasarkan Usia

Tabel 1. Distribusi Usia Peserta

No.	Usia	Jumlah	Persentase
1.	10 tahun	1	8,30
2.	11 tahun	11	91,70
Total		12	100,00

Berdasarkan Tabel 1. diatas, diperoleh informasi bahwa peserta sosialisasi implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mayoritas berusia 11 tahun (91,70%). Sedangkan sisanya berusia 10 tahun (8,30%).

Distribusi Jenis Kelamin Peserta

Tabel 2. Distribusi Peserta Berdasarkan Jenis Kelamin

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1.	Laki-laki	9	75,00
2.	Perempuan	3	25,00
Total		12	100,00

Berdasarkan Tabel 2. diatas, diperoleh informasi bahwa jumlah peserta sosialisasi implementasi Perilaku Hidup Bersih dan

Sehat (PHBS) mayoritas berjenis kelamin laki-laki (75,00%).

Evaluasi Perubahan Nilai

Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penilaian pengetahuan dari para peserta dilakukan dengan metode pretest dan posttest. Sebagian besar para peserta dalam menjawab soal pre test memperoleh nilai 100 (58,40%). Sedangkan para peserta yang memperoleh nilai dibawah 70 cukup banyak (25,00%). Kemudian, peniaian saat posttest menunjukkan bahwa mayoritas para peserta dalam menjawab soal posttest memperoleh nilai 100 (83,30%) Sedangkan sisanya, para peserta memperoleh nilai 80 (16,70%). Perubahan penilaian antara pretest dan posttest dapat tergambar seperti tabel berikut ini.

Tabel 3. Klasifikasi Evaluasi Perubahan Penilaian Tingkat Pengetahuan

No.	Perubahan Penilaian	Jumlah	Persentase
1.	Pengetahuan Turun	0	0,00
2.	Pengetahuan Tetap	7	58,30
3.	Pengetahuan Naik	5	41,70
Total		12	100,00

Berdasarkan Tabel 3. diatas, diperoleh informasi bahwa hasil evaluasi penilaian pengetahuan para peserta sosialisasi menurut hasil evaluasi penilaian pretest dan posttest diketahui bahwa hampir sebagian besar para peserta mengalami peningkatan

pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (41,70%). Sedangkan para peserta yang memiliki hasil akhir posttest sama dengan pretest adalah sebanyak 7 orang (58,30%). Arti tetap dalam hal ini adalah dari semula peserta tersebut telah mendapatkan nilai 100 dan setelah selesai sosialisasi, mereka juga mendapatkan nilai 100. Hal ini menandakan telah terjadi peningkatan pengetahuan yang lebih baik sesuai pelaksanaan sosialisasi.

Pengetahuan yang secara umum berada dalam kategori baik tidak terlepas dari faktor-faktor yang mempengaruhinya, penyuluhan-penyuluhan tentang PHBS haruslah sering dilakukan dan juga perlunya peranan guru dalam menjalankan program peer education dimana siswa-siswi dilatih menjadi peer educator untuk teman-temannya.

Menurut Notoatmodjo (2007) bahwa pengetahuan di pengaruhi oleh proses pembelajaran. Proses pembelajaran sendiri di pengaruhi oleh berbagai faktor antara lain subyek belajar, pengajar, metode yang digunakan, kurikulum, perpustakaan dan sebagainya, apabila faktor-faktor tersebut tersedia dengan baik maka proses belajar akan efektif dan hasil yang di capai akan optimal dan pengetahuan akan meningkat (Wahyuningtyas, 2009).

Efektivitas Sosialisasi PHBS terhadap Peningkatan Pengetahuan Kegiatan

pengabdian masyarakat tentang Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini, bertujuan untuk memberikan wawasan, pengetahuan dan ilmu terkait PHBS dan pentingnya serta manfaat dari penerapan PHBS sejak dini. Anak-anak dibekali pemahaman dengan mengamati situasi dan kondisi lingkungan maupun masalah kesehatan melalui bentuk-bentuk aktivitas.

Sosialisasi ini sebagai wujud bakti perguruan tinggi dalam mengabdikan dan membagikan wawasan, pengetahuan dan pengalaman agar dapat meningkatkan pemahaman masyarakat sekitar, utama anak-anak dalam kegiatan sosialisasi ini. Apakah anak-anak semakin meningkat pengetahuan setelah diberikan sosialisasi, maka diberikan evaluasi pretest dan posttest dan kemudian membandingkan hasil evaluasi pre test dan post test untuk mengetahui efektivitas dalam pemberian sosialisasi dalam perubahan peningkatan pengetahuan pada anak-anak terkait PHBS. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,042 dan lebih kecil dari nilai Alfa (α) = 0,05, sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan antara evaluasi pre test dan post test. Rata-rata nilai evaluasi post test adalah 96,67 dan lebih baik daripada rata-rata nilai evaluasi pretest yaitu 85,00. Hal ini menandakan

adanya efektivitas sosialisasi dalam meningkatkan pengetahuan.

Peningkatan pengetahuan yang terjadi setelah sosialisasi membuktikan bahwa kegiatan sosialisasi terkait permasalahan PHBS berpengaruh terhadap peningkatan pemahaman dan wawasan anak-anak, yang merupakan generasi penerus bangsa, tentang pentingnya hidup bersih dan sehat, dan peningkatan kesadaran anak-anak sekolah dalam berperilaku PHBS. Hal ini terlihat jelas pada hasil pengolahan data yang dilakukan dimana perbedaan rata-rata setelah sosialisasi dibandingkan sebelum sosialisasi bernilai positif, berarti nilai para siswa setelah sosialisasi lebih tinggi dibandingkan sebelum mengikuti sosialisasi sehingga dapat dikatakan bahwa sosialisasi yang dilakukan dinilai efektif untuk meningkatkan pemahaman dan wawasan anak-anak, yang merupakan generasi penerus bangsa, tentang pentingnya hidup bersih dan sehat, dan peningkatan kesadaran anak-anak sekolah dalam berperilaku PHBS. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan Kartasaputra (1991) bahwa tujuan sosialisasi atau penyuluhan antara lain untuk menumbuhkan perubahan-perubahan yang menyangkut tingkat pengetahuan, kecakapan atau sikap para peserta penyuluhan. Peningkatan taraf pengetahuan merupakan salah satu indikator efektifnya sosialisasi/penyuluhan yang dilakukan.

Menurut Notoatmodjo (2007) bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh proses pembelajaran. Proses pembelajaran sendiri dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain subyek belajar, pengajar, metode yang digunakan, kurikulum, perpustakaan dan sebagainya, apabila faktor-faktor tersebut tersedia dengan baik maka proses belajar akan efektif dan hasil yang di capai akan optimal dan pengetahuan akan meningkat (Wahyuningtyas, 2009).

Okoli (2008), menyatakan bahwa pendidikan akan mencapai tujuan lebih baik bila didukung atau menggunakan media pembelajaran.

KESIMPULAN

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan Pengabdian Masyarakat dengan tema Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat Sejak Dini di Sekolah Dasar Negeri (SDN) Lengkong 1, adalah sebagai berikut.

1. Peserta peserta sosialisasi implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mayoritas berusia 11 tahun (91,70%).
2. Sebagian besar para peserta dalam menjawab soal pretest memperoleh nilai 100 (58,40%). Mayoritas para peserta dalam menjawab soal posttest memperoleh nilai 100 (83,30%).

3. Hasil evaluasi penilaian pengetahuan para peserta sosialisasi menurut hasil evaluasi penilaian pretest dan posttest diketahui bahwa hampir sebagian besar para peserta mengalami peningkatan pengetahuan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) (41,70%).
4. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,042 dan lebih kecil dari nilai Alfa (α) = 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara evaluasi pretest dan posttest. Rata-rata nilai evaluasi posttest adalah 96,67 dan lebih baik daripada rata-rata nilai evaluasi pretest yaitu 85,00. Hal ini menandakan adanya efektivitas sosialisasi dalam meningkatkan pengetahuan.

REFERENSI

- Anwar, 1997. Sanitasi Makanan Dan Minuman Pada Institusi Pendidikan Tenaga Sanitasi. Pusat Pendidikan Tenaga Sanitasi, Pusat pendidikan Tenaga Kesehatan Depkes RI. Jakarta.
- Australian Health Promoting Schools Association. 2000. A national framework for health promoting schools (2000-2003). National Health Promoting School Initiative. www.achsc.org.
- Bassett-Gunter, Yessis, R & Stockon, M. 2012. Healthy school communities concept paper. Ottawa-Ontario; Physical and Health Education.Canada. www.phecanada.ca/programs/health-promoting-schools/concept-paper.
- Depkes RI, 2004. Sistem Kesehatan Nasional 2004, Jakarta.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Mojokerto, 2013.
- Kesehatan. [Online] Available at: www.arsipweb.mojokertokab.go.id [Accessed 27 December 2016].
- Kemenkes RI. 2010. Laporan Kinerja Satu Tahun. Pemberdayaan Masyarakat dan Promosi Kesehatan Untuk Hidup Sehat. Jakarta: Kemenkes RI Pusat Promosi Kesehatan.
- Maryunani, A. 2013. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta: Trans Info Media.
- Perry & Potter. 2010. Fundamental Perawatan. Edisi IV. Jakarta: EGC.
- Pokja Kabupaten Mojokerto, 2013. Strategi Sanitasi Kabupaten (SSK), Mojokerto: EHRA.
- WHO. 1996. Local Action Creating Health Promoting Schools. The world health organization's information series on school health.