
Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 02 Telemung, Banyuwangi

Azmi Prasasti^{1*}, Sari Prayudeni², Anung Kustriyani³, Dita Amanda Deviani⁴, Farhan Gymnastiar⁵,
Maulidia⁶

^{1,2,3,4,5,6}Program Studi D3 Farmasi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

Email: azmiprasasti@stikesbanyuwangi.ac.id^{1*}, sariprayu@stikesbanyuwangi.ac.id²,
anung@stikesbanyuwangi.ac.id³, ditaamanda@stikesbanyuwangi.ac.id⁴, farhamgymnastiarf@gmail.com⁵,
maulidia1105@gmail.com⁶

Abstract

The purpose of this community service is to improve the understanding and application of clean and healthy living behavior (PHBS) among students of SDN 02 Telemung, through socialization and education by lecturers and students of D3 Pharmacy STIKES Banyuwangi. The methods used in this service include initial observation, socialization and education, implementation and evaluation. Initial observations were made to determine the condition of students' understanding of PHBS. Socialization and education are carried out with the aim of providing clear and interesting information about the importance of personal hygiene, environmental sanitation, and healthy lifestyles. Implementation was carried out by direct application of clean and healthy living habits at school, followed by evaluation using pre and post tests to measure changes in student understanding. The results of the activity showed high enthusiasm from students in participating in socialization and education. The pre and post-test evaluation showed a significant increase in understanding, with an average pre-test score of 45 and post-test score of 85. This shows that this activity has succeeded in increasing students' awareness and knowledge of the importance of PHBS

Keyword: Community Service; PHBS; SDN 02 Telemung.

Abstrak

Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pemahaman dan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di kalangan siswa SDN 02 Telemung, melalui sosialisasi dan edukasi oleh dosen dan mahasiswa D3 Farmasi STIKES Banyuwangi. Metode yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi observasi awal, sosialisasi dan edukasi, implementasi serta evaluasi. Observasi awal dilakukan untuk mengetahui kondisi pemahaman siswa tentang PHBS. Sosialisasi dan edukasi dilakukan dengan tujuan memberikan informasi yang jelas dan menarik mengenai pentingnya kebersihan pribadi, sanitasi lingkungan, serta pola hidup sehat. Implementasi dilakukan dengan penerapan langsung kebiasaan hidup bersih dan sehat di sekolah, diikuti dengan evaluasi menggunakan pre dan pos-test untuk mengukur perubahan pemahaman siswa. Hasil kegiatan menunjukkan antusiasme yang tinggi dari siswa dalam mengikuti sosialisasi dan edukasi. Evaluasi pre dan pos-test menunjukkan adanya peningkatan pemahaman yang signifikan, dengan rata-rata nilai pre-test sebesar 45 dan nilai post-test 85. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ini berhasil meningkatkan kesadaran dan pengetahuan siswa tentang pentingnya PHBS.

Kata Kunci: Pengabdian Masyarakat; PHBS; SDN 02 Telemung.

1. Pendahuluan

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan aspek penting dalam menciptakan generasi yang sehat dan produktif [1]. PHBS mencakup berbagai kebiasaan sehat, seperti menjaga kesehatan diri, lingkungan serta pola makan dan gaya hidup yang sehat [2].

Pelaksanaan PHBS bertujuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan melalui proses penyadartahuan yang menjadi awal dari kontribusi individu-individu dalam menjalani perilaku kehidupan sehari-hari yang bersih dan sehat [3]. Untuk itu, upaya peningkatan pemahaman mengenai PHBS sangat penting diberikan sejak usia dini, agar kebiasaan sehat tersebut dapat diterapkan secara berkelanjutan.

Sekolah Dasar (SD) adalah salah satu lembaga pendidikan yang strategis untuk menanamkan nilai-nilai kebersihan dan kesehatan kepada siswa[4] . Pada usia ini, anak-anak mulai memahami konsep kebersihan, baik dalam hal pribadi maupun lingkungan [5]. Oleh karena itu, pengenalan tentang pentingnya PHBS kepada siswa SD dapat membentuk karakter dan kebiasaan hidup sehat yang mereka bawa hingga dewasa [6].

SDN 2 Telemung merupakan salah satu sekolah jenjang SD berstatus Negeri yang berada di wilayah Kecamatan Kalipuro, Kabupaten Banyuwangi, Jawa Timur. SD Negeri 2 Telemung didirikan pada tanggal 7 Januari 1982 dengan Nomor SK Pendirian 01-07-1982 yang berada dalam naungan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan. Jarak antara pusat kota dengan SDN 02 Telemung sekitar 8 km. Berdasarkan pengamatan awal, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kurangnya kesadaran akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat, seperti keterbatasan pengetahuan, kurangnya fasilitas pendukung dan kebiasaan yang kurang terstruktur.

Dalam rangka meningkatkan kesadaran dan pengetahuan tentang PHBS, dosen dan mahasiswa D3 Farmasi STIKES Banyuwangi melakukan pengabdian masyarakat di SDN 02 Telemung. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat melalui berbagai metode interaktif yang menyenangkan, serta memberikan pemahaman mengenai bagaimana cara-cara sederhana menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Diharapkan melalui kegiatan ini, para siswa dapat mengaplikasikan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari mereka serta menjadi agen perubahan bagi lingkungan sekitar.

2. Metode

Metode yang digunakan mengacu pada prinsip partisipatif, edukatif dan praktis. Berikut adalah rincian metode yang diterapkan:

a. Observasi awal

Observasi ini bertujuan untuk mengetahui perilaku siswa dan staf sekolah terkait kebersihan dan kesehatan, serta fasilitas yang tersedia di sekolah. Aspek yang diperhatikan pada saat observasi adalah kebersihan ruang kelas dan lingkungan sekolah, ketersediaan sarana cuci tangan dan tempat sampah, penggunaan toilet dan sanitasinya.

b. Sosialisasi dan Edukasi

Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk pelatihan materi PHBS dan penyuluhan melalui media. Pelatihan yang diberikan dalam bentuk mencuci tangan yang benar, pentingnya menjaga pola makan yang sehat, penggunaan toilet yang bersih dan benar serta menjaga lingkungan sekolah agar tetap bersih

c. Implementasi

Kegiatan ini secara langsung mempraktikkan siswa untuk cuci tangan dengan benar, memberikan menu makanan sehat, mempromosikan penggunaan tempat sampah organik dan non organik serta menata lingkungan sekolah yang bersih

d. Dokumentasi dan Evaluasi

Hasil dari pengabdian masyarakat ini disebarluaskan melalui media sosial dalam bentuk video dan foto. Evaluasi yang dilakukan dalam bentuk *pre-test* dan *pos-test*. *Pre-test* sebelum siswa mendapatkan materi dan implementasi, *pos-test* dilakukan setelah siswa mendapatkan materi dan implementasi

3. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan observasi yang dilakukan di SDN 02 Telemung, Banyuwangi, ditemukan beberapa hal yang perlu mendapat perhatian terkait penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah, antara lain, kebersihan lingkungan, sarana cuci tangan, pengetahuan siswa tentang PHBS dan penerapan gizi seimbang.

Kebersihan lingkungan sekolah seperti diruang kelas dan toilet, masih kurang terjaga kebersihannya. Terdapat sampah yang belum terkelola dengan baik dan kebersihan kamar mandi belum optimal. Sarana cuci tangan meskipun sudah ada fasilitas cuci tangan di beberapa titik, namun masih banyak siswa yang tidak terbiasa mencuci tangan setelah menggunakan toilet atau sebelum makan. Pengetahuan siswa tentang PHBS: Pengetahuan dasar siswa mengenai PHBS seperti pentingnya mencuci tangan dengan sabun dan pola makan sehat masih rendah. Beberapa siswa belum sepenuhnya memahami pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Penerapan gizi seimbang sebagian besar siswa masih terbiasa membawa ataupun membeli makanan yang kurang bergizi ke sekolah, seperti jajanan yang banyak mengandung gula, garam dan lemak [7].



Gambar 1. Media Promosi PHBS

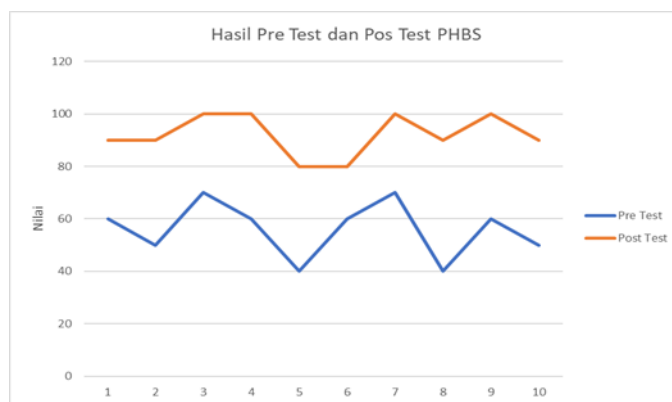
Hasil sosialisasi dan edukasi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang dilaksanakan melalui berbagai metode, seperti penyuluhan dan media edukasi, menunjukkan hasil yang cukup positif. Terlihat dari peningkatan pengetahuan siswa setelah mengikuti kegiatan sosialisasi dan pelatihan, mayoritas siswa mengalami peningkatan pemahaman mengenai pentingnya PHBS. Hal ini tercermin dari respons mereka yang lebih aktif dalam diskusi dan menjawab pertanyaan terkait cuci tangan, pola makan sehat dan kebersihan lingkungan. Antusiasme siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi dalam mengikuti kegiatan penyuluhan. Siswa lebih tertarik untuk mendengarkan materi yang disampaikan dengan menggunakan media seperti video edukasi dan poster yang menarik. Keterlibatan guru, sangat mendukung program PHBS dan ikut serta dalam memberikan contoh penerapan kebersihan dan kesehatan di lingkungan sekolah. Implementasi langsung di sekolah menunjukkan perkembangan yang signifikan, baik dari segi kebiasaan siswa maupun perubahan pada lingkungan sekolah.



Gambar 2. a) Persiapan Kegiatan; (b) Diskusi dan Tanya Jawab; (c) Senam Bersama; (d) Praktek Cuci Tangan; (e) Pembagian Makanan Sehat; (f) Penutupan

Praktek Gerakan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) memanfaatkan fasilitas yang ada di sekolah agar digunakan dengan lebih rutin oleh siswa sebelum makan dan setelah bermain. Selain itu, kampanye kebersihan lingkungan diberikan kepada siswa untuk membiasakan diri membuang sampah pada tempatnya[8]. Selanjutnya dilakukan kampanye penerapan gizi seimbang, dengan memberikan siswa makanan seperti telur rebus, susu, roti dan buah. Hal ini diharapkan siswa dapat membiasakan diri membawa bekal sesuai dengan gizi seimbang[9].

Hasil evaluasi dari kegiatan pengabdian masyarakat, diukur dengan dilakukannya pre dan post test. *Pre-test* dilakukan saat siswa belum mendapatkan materi penyuluhan PHBS, dan *post-test* dilakukan saat siswa telah mendapatkan materi penyuluhan PHBS. Jumlah peserta penyuluhan sebanyak 165 orang, yang merupakan seluruh siswa mulai dari kelas 1-6. Sedangkan, peserta pre dan *post-test* merupakan siswa kelas 5 dan 6, sebanyak 45 orang. Hal ini mempertimbangkan pemahaman siswa yang mampu mengerjakan soal pre dan *post-test* PHBS sebagai salah satu parameter evaluasi dari pelaksanaan pengabdian masyarakat ini. Hasil pre dan *post-test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan. Pada awalnya, siswa banyak yang tidak memahami terkait perilaku hidup bersih dan sehat. Kemudian, setelah dilakukan pemberian materi dan praktek, siswa terlihat antusias saat pemberian materi dan praktek berlangsung. Rata-rata nilai *pre-test* adalah 45 dengan hasil benar 100. Sedangkan, rata-rata nilai *pos-test* adalah 85 dengan hasil benar 100. Soal PHBS mencakup materi kebersihan lingkungan sekolah, penerapan gizi seimbang pada jajanan ataupun bekal sekolah, pola cuci tangan menggunakan sabun saat sebelum dan sesudah makan[10]. Jumlah soal 10 dengan tipe multiple choice, waktu pengerjakan 15 menit. Gambar 3 merupakan hasil dari pre dan *post-test* siswa SDN 02 Telemung dengan tema PHBS.



Gambar 3. Hasil nilai pre dan *post-test* PHBS di SDN 02 Telemung, Banyuwangi

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa D3 Farmasi STIKES Banyuwangi di SDN 02 Telemung dengan tema Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini berhasil meningkatkan pemahaman siswa mengenai pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Peningkatan pemahaman dinilai dari hasil *pre-test* sebelum penyuluhan yaitu 45, sedangkan nilai *pos-test* sesudah penyuluhan sebesar 85. Melalui tahapan observasi awal, sosialisasi dan edukasi, implementasi serta evaluasi, ditemukan bahwa siswa menunjukkan antusiasme yang tinggi terhadap materi yang diberikan. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong siswa untuk menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari dan memberikan kontribusi positif bagi lingkungan sekitar.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah mendukung terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini. Terutama kepada pimpinan STIKES Banyuwangi yang telah memberikan perijinan dan dukungan dana. Selanjutnya, kami ucapkan terima kasih kepada pihak SDN 02 Telemung yang telah menerima pengabdian masyarakat kami, dan memberikan perijinan serta kesempatan kepada kami untuk melaksanakan kegiatan ini.

Daftar Pustaka

- [1] Ayu Rai Saputri G, Fiky Fernando A, Nia Wachyuni M, Lubis Z. Penyuluhan Tentang Dagusibu (Dapatkan, Gunakan, Simpan, Buang) Obat. vol. 6. 2023.
- [2] Wahyuddin N, Salampe M, Awaluddin A, Paluseri A, Muslimin L, Ismail I, et al. Penyuluhan Tentang DAGUSIBU (Dapat, Gunakan, Simpan. Buang) Obat di Kecamatan Sanrobone. Jurnal Mandala Pengabdian Masyarakat 2022;3:1-7. <https://doi.org/10.35311/jmpm.v3i1.44>.
- [3] Katini HAH. Pengabdian Masyarakat Penyuluhan Pola Hidup Bersih dan Sehat Dalam Keluarga di Kelurahan Pujiadadi Binjai 2023;2.
- [4] Muchtar F, Zainuddin A, Eka Sakti Octaviani Kohali R, Studi Gizi P, Kesehatan Masyarakat F, Halu Oleo U, et al. Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa SD Negeri 9 Moramo, Desa Ranooha Raya, Kecamatan Moramo, Kabupaten Konawe Selatan. Pengabdian Kepada Masyarakat) 2023;1.
- [5] Riskiya Y, Jelita H, Batubara S. Edukasi Prilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Rumah Tangga di Kelurahan Teladan Barat Lingkungan VIII n.d. <https://doi.org/10.23960/j>.
- [6] Ardilla A. Edukasi PHBS untuk Meningkatkan Perilaku Sehat di Tatanan Rumah Tangga. Zulkarnaini Dan Ardila JPMD 2023;2:44-8.
- [7] Suhendy H, Iskandar LN, Putri D, Putri LD, Ameliya L, Sabrina NK, et al. Sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan Sekolah Dasar Negeri 01 Bantar. INDRA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 2023;4:90-4. <https://doi.org/10.29303/indra.v4i2.265>.
- [8] Maulana F, Falah M, Nurmansyah A, Siti Fatimah E, Rismayani R, Maelani I, et al. PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DI KELURAHAN MULYASARI KECAMATAN TAMANSARI. n.d.
- [9] Bima Prastyo D, Eka Savitry T, Ratna Sari D, Suhelmi R, Lingkungan K, Kesehatan Masyarakat F, et al. Penyuluhan Phbs Dalam Peningkatan Pengetahuan Siswa-Siswi Sdn 013 Di Kelurahan Sindang Sari Kota Samarinda 2023;7.
- [10] Setyorini A, Masulah M. Penerapan Project Based Learning untuk Meningkatkan Kemampuan Guru-Guru Sekolah Dasar Sidoarjo dalam Menulis Kreatif Cerita Anak. Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 2020;4:131. <https://doi.org/10.30651/aks.v4i1.3664>.