

**PENYEHATAN SISWA MELALUI EDUKASI PERILAKU HIDUP SEHAT DI
SEKOLAH DASAR NEGERI 93 KOTA PEKANBARU**

Nila Puspita Sari^{1*}, Dwi Zahratul Jannah², Sidratul Mindary Syurga³

Universitas Hang Tuah Pekanbaru¹, Universitas Hang Tuah Pekanbaru²,

Universitas Hang Tuah Pekanbaru³

e-mail korespondensi : nilaps2727@gmail.com^{1*}

ABSTRACT

Increasing activities related to clean and healthy living behaviors in elementary school students is one of the key efforts to promote health in school children. Limited information and the importance of enrichment of school children's health education are among the urgencies in this activity. This activity aims to raise awareness among students at SDN 93 city weekends about clean and healthy living behavior. This method of activity is a health extension. The target of this activity is 2nd class students in SDN 93 Pekanbaru, as many as 20 students. The University of California at Berkeley is a public university and the university's only university. The implementation of this activity was carried out on 22 January 2025. The audio is presented using a computer and an infographic. The phase of the activities of the 3 sessions, Pre-testing, Exposure discussion and post-test. Pre-test results showed that students in this activity were able to answer questions about PHBS correctly, with as many as 45% of them able to do so. After the health education on PHBS was delivered, a post-test was conducted among the students, and it was found that 90% of them were able to answer the PHBS questions correctly.

Keywords: Clean and Healthy Living Behavior, Elementary School Student, SDN 93 Pekanbaru

ABSTRAK

Peningkatan kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa sekolah dasar merupakan salah satu Upaya penyehatan pada anak sekolah. Keterbatasan informasi dan pentingnya pengayaan edukasi Kesehatan anak sekolah merupakan salah satu urgensi dalam kegiatan ini. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan kesadaran siswa SDN 93 Kota Pekanbaru tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Metode kegiatan ini adalah penyuluhan Kesehatan. Sasaran pada kegiatan ini adalah siswa kelas 2 SDN 93 Kota Pekanbaru sebanyak 20 siswa. Tim pengabdian Masyarakat merupakan Dosen dan Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Pelaksanaan Kegiatan ini dilakukan pada tanggal 22 Januari 2025. Materi disampaikan menggunakan audiovisual menggunakan laptop dan infokus. Tahapan kegiatan terdiri dari 3 sesi, Pre-test, Pemaparan materi dan diskusi dan Post test. Hasil pre-test siswa dalam kegiatan ini diketahui sebanyak 45% bisa menjawab pertanyaan seputar PHBS dengan benar dan setelah diberikan penyuluhan Kesehatan PHBS dilakukan post-test pada siswa dan didapatkan sebanyak 90% siswa dapat menjawab pertanyaan PHBS dengan benar.

Kata Kunci: PHBS, Sekolah Dasar, SDN 93 Pekanbaru

LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan faktor penting dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama pada usia sekolah dasar. Anak-anak yang memiliki pola hidup sehat akan lebih aktif, produktif, dan memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik terhadap penyakit. Namun, berdasarkan berbagai penelitian dan pengamatan di lingkungan sekolah, masih banyak siswa yang belum menerapkan perilaku hidup sehat dengan optimal, seperti kurangnya kesadaran mencuci tangan dengan benar, konsumsi makanan yang kurang bergizi, kurangnya aktivitas fisik, serta kebiasaan jajan sembarangan. Perilaku hidup bersih dan sehat adalah kebiasaan diri sendiri untuk berperilaku sehat dengan adanya kesadaran diri sendiri. Meningkatnya perilaku ini dapat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan di lingkungan sekolah (Nova, dkk, 2022).

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan sekumpulan perilaku yang diimplementasikan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang membuat seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Srisantyorini, 2020). PHBS di lingkungan sekolah merupakan langkah untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar bisa dan mau melakukan perilaku hidup bersih dan sehat dalam menciptakan sekolah yang sehat. Kegiatan PHBS di lingkungan sekolah yaitu mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, mengonsumsi jajanan sehat, menggunakan jamban bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, membuang sampah pada tempatnya, dan melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat. (Salim dkk, 2021).

Beberapa hal yang harus digunakan sebagai ukuran pada penilaian PHBS di sekolah, diantaranya membuang kotoran pada kawasannya, membersihkan tangan menggunakan sabun colek serta air mengalir, memakan makanan yang sehat di kantin sekolah, memanfaatkan air jamban bersih dan sehat, olahraga secara terkendali, memusnahkan jentik-jentik digenangan air, tidak merokok di lingkungan sekolah, mengukur berat badan dan mengukur tinggi badan, dan mengeluarkan kotoran dan dibuang pada tempatnya. (Solikin dkk, 2022)

Hal-hal yang mempengaruhi kegiatan PHBS di sekolah, diketahui pada penelitian di SDN Tambaan 1 terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi PHBS ini yaitu faktor pengetahuan, faktor peran guru, faktor peran orang tua, peran tenaga kesehatan, dan kesediaan sarana dan prasarana. Didalam pelaksanaan program PHBS ini siswa sadar tentang kebersihan yang sudah dilakukan selama ini, akan tetapi masih terdapat beberapa siswa masih kurang sadar mengenai pentingnya PHBS ini, sehingga peran guru disini kurang maksimal. (Solikin dkk, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Ananda (2022) menunjukkan bahwa rata-rata perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa kelas IV mencapai 77 % sehingga dapat dikatakan baik. Keberhasilan PHBS tidak terlepas dari dukungan guru dalam meningkatkan kesadaran siswa (Ananda, 2022)

PROSIDING SEMINAR NASIONAL

Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

Kegiatan edukasi perilaku kepada siswa sekolah dasar telah dilakukan oleh Salim, dkk (2021) di Kulonprogo yang telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang PHBS dimana terdapat peningkatan pengetahuan sebesar 57%. Kegiatan edukasi PHBS di sekolah dapat dilanjutkan sebagai upaya untuk menumbuhkan perilaku hidup bersih dan sehat pada usia dini. (Salim dkk, 2021).

SD Negeri 93 Kota Pekanbaru sebagai salah satu lembaga pendidikan dasar memiliki peran penting dalam membentuk kebiasaan sehat bagi siswanya. Sekolah merupakan tempat yang strategis untuk menanamkan pola hidup sehat sejak dini, mengingat anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya di lingkungan sekolah. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan penyuluhan untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran siswa mengenai pentingnya menerapkan perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Kegiatan penyuluhan ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada siswa SD Negeri 93 Kota Pekanbaru mengenai kebiasaan sehat, seperti pentingnya menjaga kebersihan diri dan lingkungan, pola makan sehat, serta pentingnya aktivitas fisik. Diharapkan melalui kegiatan ini, siswa dapat memahami dan mengaplikasikan pola hidup sehat, sehingga dapat menciptakan lingkungan sekolah yang lebih sehat dan mendukung pertumbuhan serta prestasi belajar mereka.

METODE

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini menggunakan metode Pendidikan Kesehatan berupa kegiatan penyuluhan Kesehatan secara lisan kepada siswa SDN 93 Kota Pekanbaru. Peserta kegiatan merupakan siswa Kelas 2 SDN 93 Kota Pekanbaru sebanyak 20 orang. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat. Tim pengabdian Masyarakat merupakan Dosen dan Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Universitas Hang Tuah Pekanbaru. Tim pengabdian Masyarakat terlebih dahulu melakukan identifikasi ke sekolah untuk menentukan topik dan menyelesaikan perizinan. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 22 Januari 2025. Tahapan kegiatan pengabdian dimulai dengan sesi pre test pada siswa, dilanjutkan dengan sesi penyuluhan Kesehatan dan tanya jawab, ditutup dengan post test pada siswa untuk mengukur hasil kegiatan ini. Kegiatan dimulai pada pukul 10.30 WIB s.d selesai. Penyuluhan menggunakan bantuan laptop dan infokus berisi tentang materi penyuluhan serta gambar gambar sehingga dapat menarik perhatian peserta dan peserta tampak cukup antusias merespon materi yang diberikan.

HASIL

Kegiatan pengabdian Masyarakat dengan metode penyuluhan Kesehatan pada siswa SDN 93 Kota Pekanbaru mendapat respon baik dari pihak sekolah. Tim pengabdian Masyarakat diberikan kemudahan dan diberikan kelancaran sampai dengan menyelesaikan kegiatan ini. Siswa yang menjadi sasaran dalam kegiatan ini adalah siswa kelas 2A sebanyak 20 orang. Sebelum penyajian materi, moderator membuka dan mengucapkan salam kepada para siswa. Dilakukan pre test pada

peserta kegiatan pengabdian. Dari 20 siswa yang mengikuti pre test, sebanyak 45% (9 orang siswa) dapat menjawab pertanyaan seputar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan benar

Setelah itu pemberian materi, dilanjutkan dengan sesi tanya jawab. Selama sesi penyampaian materi, siswa terlihat antusias dan menyimak apa yang disampaikan oleh pemateri. Hal ini didukung dengan penyampaian materi menggunakan power point dan infokus. Dalam sesi ini, siswa-siswa bertanya dan berdiskusi dengan tim pengabdian Masyarakat. Kemudian dilanjutkan dengan kegiatan post-test kepada sasaran untuk melihat seberapa jauh pemahaman siswa terhadap materi yang disampaikan. Diketahui sebanyak 90% (18 orang siswa) dapat menjawab pertanyaan dengan benar. Bagi siswa-siswa yang aktif selama kegiatan diskusi, tim memberikan doorprize kepada audiens.

Peserta sangat antusias ketika mendengarkan materi yang disampaikan oleh narasumber. Adapun materi yang disampaikan yaitu sebagai berikut: Mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, Mengonsumsi jajanan sehat, Menggunakan jamban bersih dan sehat, Olahraga yang teratur, Memberantas jentik nyamuk, Tidak merokok di lingkungan sekolah, Membuang sampah pada tempatnya, dan Melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah.

Pengetahuan merupakan hal yang terpenting untuk mengubah pola pikir seseorang. Pengetahuan didasarkan dengan apa yang telah dipahami sehingga dapat mengembangkan perilaku dalam suatu hal, contohnya PHBS di sekolah. Hal ini dapat dilihat dengan adanya peningkatan pengetahuan pada siswa yang telah diberikan informasi tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat sebanyak 90 %.

PEMBAHASAN

PHBS di sekolah merupakan kegiatan memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah untuk mau melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah sehat. Manfaat PHBS di sekolah adalah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, serta meningkatkan kenyamanan proses belajar mengajar di lingkungan sekolah. (Ismalia, 2019). Penerapan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 93 Kota Pekanbaru telah menunjukkan hasil yang signifikan, dengan peningkatan pengetahuan siswa dari 45% menjadi 90%. Peningkatan ini mencerminkan efektivitas intervensi yang dilakukan dalam meningkatkan kesadaran dan pemahaman siswa mengenai pentingnya PHBS.

Keberhasilan peningkatan pengetahuan ini kemungkinan besar disebabkan oleh metode edukasi yang efektif. Memberikan informasi langsung kepada siswa mengenai praktik hidup bersih dan sehat. Penyampaian materi menggunakan gambar meningkatkan minat siswa dalam memahami materi penyuluhan. Pendekatan-pendekatan tersebut telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS. Media audiovisual (dalam hal ini PPT dan Infokus) yang tampilannya menarik dan menggunakan kalimat yang mudah dimengerti akan memudahkan remaja putri untuk menerima informasi, memudahkan dalam mengingat informasi serta lebih memahami informasi yang diberikan (Ismalia, 2019).

PROSIDING SEMINAR NASIONAL

Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

PHBS sangat penting untuk dilakukan dalam kehidupan sehari-hari khususnya pada anak usia sekolah dasar. Anak usia sekolah memiliki banyak aktivitas bermain dan rentan terhadap penyakit yang sering menyerang anak-anak terutama pada anak sekolah dasar yang umumnya berkaitan dengan PHBS seperti diare, DBD, flu burung, cacangan, sakit gigi, sakit kulit dan lain-lain (Pinem, 2019).

Dukungan dari guru dan orang tua sangat penting dalam memastikan penerapan PHBS yang berkelanjutan. Guru berperan sebagai fasilitator dan teladan dalam menerapkan PHBS di sekolah, sementara orang tua memastikan praktik tersebut dilanjutkan di rumah. Pengukuran pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi, seperti yang dilakukan di SDN 93 Kota Pekanbaru, membantu dalam menilai efektivitas program dan menentukan area yang perlu ditingkatkan.

Peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS di SDN 93 Kota Pekanbaru menunjukkan bahwa intervensi yang tepat dapat memberikan dampak positif yang signifikan. Diharapkan, dengan pengetahuan yang meningkat, siswa dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari, baik di sekolah maupun di rumah.



Gambar 1 Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat di SDN 93 Kota Pekanbaru

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian Masyarakat dengan metode penyuluhan Kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di SDN 93 Kota Pekanbaru dapat meningkatkan pengetahuan siswa dari 49% menjadi 90%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim Pengabdian kepada Masyarakat mengucapkan terimakasih pada SDN 93 Kota Pekanbaru yang telah berkenan memfasilitasi kegiatan ini. Serta terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu secara moral dan materil sehingga kegiatan ini dapat berjalan dengan baik, yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

PROSIDING SEMINAR NASIONAL

Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda, W, dkk. (2022). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Di Sekolah Dasar. *Jurnal Pancar (Pendidik Anak Cerdas Dan Pintar)*, 6(1), 193-199.
- Ismalia, Husna, dkk. 2019. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa SD Negeri 5 Teluk Pandan Kabupaten Paser Provinsi Lampung. *Jurnal Pengabdian Farmasi Malahayati* Vol. 2 No. 1, April 2019
- Nova, Febriani, C. A., Yanti, D. E., & Rahmah, Aulya Rahmah, Echa Rafika, Fadhilah Amanda Sari, Ghina Gabrilla Yusuf, Renna Oktavia Rudi, Y. A. P. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Tatanan Sekolah Di SDN 01 Langkapura. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*, 4(1), 27–38.
- Pinem, C. (2019). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa/Siswi SD Negeri 043951 Kelas IV,V,VI Desa Surbakti Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Karo Tahun 2019. *Poltekkes Kemenkes Medan*.
- Rici Gusti Maulani, Nuari Andolina, & Triveni Triveni. (2024). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar . *Jurnal Pengabdian Bersama Masyarakat Indonesia*, 2(1), 129–135. <https://doi.org/10.59031/jpbmi.v2i1.361>
- Salim, M. F., Syairaji, M. S. M., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19-24.
- Solikin, dkk. 2022. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar di SD Negeri Tambaan 1, *Jurnal PANCAR (Pendidik Anak Cerdas dan Pintar)* Vol. 6 No. 2.
- Srisantyorini, T dan Ernyasih. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Siswa Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Negeri Sampora 1 Kecamatan Cisauk. *Muhammadiyah Public Health Journal* Vol. 1 No. 1.