

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK SEKOLAH DASAR

Fajar Akbar, Ridhayani Adiningsih, Nurhidayah DN, Fahrul Islam
Jurusan Kesehatan Lingkungan/Poltekkes Kemenkes Mamuju
Email: fajarpoltekkes@gmail.com

Abstract: School children are one of the targets for Clean and Healthy Behavior (PHBS) in educational institutions and need to get attention besides the large population of school-age children in a community. The role of behaviour on the level of health, then promoting a healthy lifestyle in the elementary school students is very necessary. PHBS is very important to apply in everyday life, especially elementary school-age children. This study aims to determine the description of clean and healthy living behaviour in elementary schools. This research method is descriptive research. The research location was carried out at Bone-Bone Pantai Elementary School, Bambu Village, Mamuju District. Research time in June 2021. The samples in this study were 27 students in grade 4, 30 students in grade 5 and 30 students in grade 6. The research instrument was to use a questionnaire containing questions and stationery and presenting data in the form of tables and narratives. Based on the results of this study, it showed that elementary school children had a high level of knowledge about good PHBS 94,3% and elementary school students actions that fulfilled the requirements 91,1%.

Keywords : behavior, PHBS, elementary school students

Abstrak: Anak sekolah yang merupakan salah satu sasaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di institusi pendidikan dan perlu mendapatkan perhatian disamping populasi anak usia sekolah dalam suatu komunitas cukup besar. Peranan perilaku terhadap tingkat kesehatan, maka penggalakkan pola hidup sehat pada tatanan siswa SD sangat diperlukan PHBS sangat penting untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari khususnya anak usia sekolah dasar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah dasar. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Lokasi penelitiandi dilaksanakan di SD Bone-Bone Pantai Desa Bambu Kec.Mamuju. Waktu penelitian bulan Juni 2021. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa kelas 4 sebanyak 27 siswa , kelas 5 sebanyak 30 siswa dan kelas 6 sebanyak 30 siswa. Instrumen penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner yang berisi pertanyaan serta alat tulis dan menyajikan data dalam bentuk tabel dan narasi. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak sekolah dasar memiliki tingkat pengetahuan tinggi tentang PHBS Baik 93,1%, sikap siswa sekolah dasar tentang PHBS baik 94,3% dan tindakan siswa sekolah dasar kategori memenuhi syarat 91,1%.

Kata Kunci : perilaku, PHBS, siswa SD

PENDAHULUAN

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). PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya (Chandra et al., 2017).

Masa sekolah dasar adalah masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berpotensi sebagai *agen of change* untuk mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat sehingga tercipta sumber daya manusia yang berkualitas nantinya.

Anak usia sekolah merupakan generasi penerus sebagai sumber daya manusia pada masa yang akan datang. Dari jumlahnya yang besar sekitar 20% jumlah penduduk

Indonesia adalah anak usia sekolah yang merupakan investasi bangsa yang potensial tetapi rawan karena berada dalam periode pertumbuhan dan perkembangan (Kemenkes RI, 2013).

Masa pertumbuhan pada anak adalah saat anak berusia antara 6-12 tahun dan ini merupakan usia yang rawan terhadap penyakit. Pola pembinaan menuju terbentuknya perilaku hidup sehat merupakan bagian penting dari pembinaan usia sekolah dasar. Mencegah selalu lebih mudah dari pada mengobati, sebab itu penting sekali mengusahakan agar pada anak usia 6-12 tahun supaya orang tua dan guru dapat berbuat dan melakukan usaha pencegahan (Fatmawati, 2017).

Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2013 menyatakan bahwa, kesehatan dipengaruhi oleh perilaku yang mejunjung tinggi keadaan kebersihan. Akibat kurangnya perhatian terhadap kebersihan ini, maka masih banyak penyakit yang timbul seperti diare, kecacingan, fi lariasis, demam berdarah dan

muntaber. Masalah kebersihan yang masih banyak dialami oleh siswa SD yaitu, masalah pada gigi sebanyak 86%, tidak bisa potong kuku sebanyak 53%, tidak bisa menggosok gigi sebanyak 42% dan tidak mencuci tangan sebelum makan sebanyak 8%. Sedangkan penyakit yang banyak diderita oleh siswa SD yaitu penyakit cacangan sebesar 60-80%, dan caries gigi sebanyak 74,4%. Oleh sebab itu, untuk mengatasi masalah tersebut perlu adanya upaya secara komprehensif dari berbagai sektor (Kementrian Kesehatan RI, 2013).

Hasil penelitian (Lina, 2017) menunjukkan bahwa pengetahuan terendah terdapat pada penggunaan jamban bersih dan sehat, yaitu sebesar 67,6%, sebesar 56,3% siswa bersikap tidak menerima untuk jajan sehat di kantin sekolah dan sebanyak 100% siswa tidak melaksanakan jajan sehat di kantin sekolah. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Janis et al., 2011) di Sekolah Dasar Negeri 30 Manado pada bulan Juli 2014 pada siswa kelas IV- VI yang berjumlah 150 orang, responden yang memiliki

pengetahuan baik tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebanyak 79 responden (52,7%) dan yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 71 responden (47,3%), responden yang memiliki sikap baik tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebanyak 123 responden (82%) dan yang memiliki sikap kurang baik sebanyak 27 responden (18%), Responden yang memiliki tindakan baik tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebanyak 91 responden (60,7%) dan yang memiliki tindakan kurang baik sebanyak 59 responden (39,3%).

Berdasarkan data diatas melihat dari latar belakang permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk mengetahui Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) pada anak sekolah dasar di Kabupaten Mamuju.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian secara deskriptif untuk mengetahui gambaran PHBS pada anak sekolah dasar di SD Bone-Bone Pantai Kec. Mamuju. Responden penelitian sebanyak yaitu

87 siswa secara Stratified Random Sampling.

HASIL DAN

Tabel 1 Distribusi Pengetahuan Siswa Kelas 4,5 dan 6 SD Bone-Bone Pantai

No	Pengetahuan	n	%
1.	Baik	81	93,1
2.	Cukup	6	6,9
Jumlah		87	100

Berdasarkan Tabel 1, tingkat pengetahuan siswa kelas 4,5 dan 6 tentang PHBS menunjukkan 81 siswa (93,1%) memiliki pengetahuan yang baik dan 6 siswa (6,9%) memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik. Pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat di SD Bone-Bone Pantai Desa Bambu Kec.Mamuju menunjukkan bahwa pengetahuan kelas 4 dikatakan baik sebanyak 23 orang (85,2%), pengetahuan kelas 5 dikatakan baik sebanyak 28 orang (93,3%) dan pengetahuan kelas 6 dikatakan baik sebanyak 30 orang (100%). Adapun hasil penelitian tentang pengetahuan dari kelas 4,5 dan 6 menunjukkan bahwa pengetahuan siswa/siswi di kategori baik sebesar 81 orang

(93,1%) dan yang cukup sebesar 6 orang (6,9%).

Tabel 2 Distribusi Sikap Siswa Kelas 4,5 dan 6 SD Bone-Bone Pantai

No	Sikap	n	%
1.	Baik	82	94,3
2.	Cukup	5	5,7
Jumlah		87	100

Berdasarkan Tabel 2, sikap siswa kelas 4&5 menunjukkan 82 siswa (94,3%) memiliki sikap yang baik dan 5 siswa (5,7%) memiliki sikap yang kurang baik.

Tabel 3. Distribusi Tindakan Siswa Kelas 4, 5 dan 6 SD Bone-Bone Pantai

No	Tindakan	n	%
1.	Baik	80	91,9
2.	Cukup	7	8,1
Jumlah		87	100

Berdasarkan Tabel 18, tindakan siswa kelas 4,5 dan 6 tentang PHBS menunjukkan 80 siswa (91,9%) memiliki tindakan yang baik dan 7 siswa (8,1%) memiliki tindakan yang kurang baik

PEMBAHASAN

Pengetahuan Responden terhadap PHBS

Hasil penelitian yang dilakukan terkait pengetahuan per kelas bahwa adanya peningkatan pengetahuan tersebut dikarenakan adanya tambahan informasi dan pemahaman yang diterima dan juga karena faktor usia. Pada masa ini terjadi awal perubahan pada diri anak baik secara fisik maupun psikis yang akan mempengaruhi pola pikir dalam menerima informasi (Kurniawan et al., 2019).

Didukung oleh penelitian (Hamdalah, 2013), usia seseorang akan mempengaruhi pemahaman atau daya tangkap dan pola pikir seseorang terhadap sebuah informasi yang diberikan. Semakin tua umur maka semakin cepat menangkap suatu pemahaman

Dari hasil tersebut pengetahuan siswa SD Bone-Bone Pantai Desa Bambu Kec.Mamuju dikategorikan baik. Seperti yang kita ketahui Pengetahuan merupakan faktor pemudah (*predisposing faktor*) bagi anak-anak untuk terlaksananya PHBS. Dengan demikian faktor ini

menjadi pemicu terhadap perilaku yang menjadi motivasi bagi tindakannya akibat tradisi atau kebiasaan, kepercayaan, tingkat pendidikan dan tingkat sosial ekonomi (Notoatmodjo, 2017). Semakin tinggi tingkat pendidikan dan status sosial seseorang maka tingkat pengetahuannya akan semakin tinggi pula. Begitu juga dengan umur, semakin bertambahnya umur seseorang maka pengetahuannya juga semakin bertambah (Dirgahayu, 2015). Menurut (Notoatmodjo, 2017) menjelaskan bahwa perilaku kesehatan merupakan respon seseorang terhadap stimulus yang berhubungan dengan sistem pelayanan kesehatan, penyakit, makanan, minuman, serta lingkungan.

PHBS merupakan salah satu bagian dari perilaku kesehatan. Pengetahuan yang sangat baik ini dipengaruhi oleh media massa misalnya televisi, majalah, poster, dan penyuluhan tentang PHBS dari Puskesmas. Pengetahuan adalah faktor *mempermudah* (*presdisposising factor*) bagi anak-

anak untuk terlaksananya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sekolah. Faktor ini menjadi pemicu terhadap perilaku yang menjadi dasar atau motivasi bagi tindakannya akibat tradisi atau kebiasaan, kepercayaan, tingkat pendidikan dan tingkat sosial ekonomi (Notoatmodjo, 2010).

Penelitian yang dilakukan di SD Bone-Bone Pantai Desa Bambu Kec Mamuju tentang PHBS dapat dilihat pengetahuan anak SD yang paling tinggi yaitu 79 siswa (90,8%) tentang mandi harus pakai sabun dan air bersih karna rata-rata siswa berusia 12 tahun sehingga paham akan pentingnya mandi pakai sabun dan air bersih, semakin bertambahnya umur seseorang maka pengetahuannya juga semakin bertambah. Pengetahuan anak SD yang paling rendah tentang menggosok gigi yaitu 21 siswa (24,1%) hal ini dipengaruhi karna kebiasaan anak untuk berperilaku yang baik dalam menggosok gigi dibutuhkan dukungan dari berbagai pihak salah satunya yaitu dukungan dari orang tua siswa dan juga pendidikan tentang menggosok gigi

yang dapat dilakukan oleh tenaga pengajar dari pihak sekolah,

Hal ini pula diungkapkan dalam penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2012) mengungkapkan bahwa perilaku hidup bersih dan sehat tentang menggosok gigi harus terus terpelihara dengan memerlukan dukungan dari berbagai pihak seperti halnya pihak sekolah, orangtua, dan petugas kesehatan di wilayah tersebut.

Namun, perilaku menggosok gigi tidak hanya diamati disekolah, perilaku menggosok gigi sebenarnya hanya bisa diamati dirumah sehingga diperlukan bantuan para orangtua dalam hal meningkatkan perilaku menggosok gigi siswa di rumah karena orang tua dapat menjadi role model yang dapat diamati seorang anak dirumah. Hasil penelitian yang telah dilakukan di SDN Gunung Sari I Kota Makassar, maka dapat disimpulkan bahwa permainan simulasi ular tangga dapat berpengaruh terhadap pengetahuan kesehatan gigi dan mulut pada anak usia sekolah dasar (Sitanaya et al., 2021).

Pengetahuan siswa tentang

perilaku hidup sehat sangatlah penting, karena pengetahuan siswa yang tinggi terhadap perilaku hidup sehat akan menjadi pendorong timbulnya usaha sadar siswa untuk menjaga dan meningkatkan kesehatannya melalui perilaku hidup sehat (Cahyaningrum, 2016).

Sikap Responden Terhadap PHBS

Sikap adalah reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap seorang anak adalah komponen paling penting dalam perilaku menjaga kesehatannya, kemudian di asumsikan bahwa adanya hubungan langsung antara sikap dan perilaku anak. Sikap positif anak terhadap kesehatan hampir pasti berdampak pada perilaku anak menjadi positif, tetapi sikap yang negative terhadap kesehatan hampir pasti berdampak negative pada perilakunya (Notoatmodjo, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian tentang sikap siswa sekolah di SD Bone-Bone Pantai Desa Bambu Kec. Mamuju yaitu sangat baik sebesar 82 siswa (94,3%) dan paling sedikit dalam kategori cukup yaitu

sebanyak 5 siswa (5,7%). cenderung siswa yang mempunyai pengetahuan tinggi tentang perilaku hidup bersih dan sehat diikuti dengan tinggi optimalnya sikap siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat.

Lembaga pendidikan dan lembaga agama Lembaga pendidikan serta lembaga agama suatu sistem mempunyai pengaruh dalam pembentukan sikap, dikarenakan keduanya meletakkan dasar, pengertian dan konsep moral dalam diri individu. Pemahaman akan baik dan buruk antara sesuatu yang boleh dan tidak boleh dilakukan diperoleh dari pendidikan dan pusat keagamaan serta ajaranya (Rachmawati, 2019).

Tindakan siswa tentang PHBS

Tindakan merupakan perbuatan seseorang terhadap situasi dari luar berdasarkan persepsi dan pengetahuannya. Tindakan inilah sebagai kunci tercerminnya perilaku suatu individu atau masyarakat pada umumnya (Notoatmodjo, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian di SD Bone-Bone Pantai Desa

Bambu Kec. Mamuju menunjukkan bahwa siswa telah berperilaku hidup bersih dan sehat yang baik sebesar (91,9%). Hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki kesadaran yang tinggi akan pentingnya kesehatan bagi dirinya dan membiasakan diri untuk senantiasa berperilaku hidup sehat. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian tentang tindakan siswa sekolah di SD Advent 01 Tikala Manado, Secara nyata usaha untuk menjaga kesehatan pribadi mereka tunjukkan dari telah baikknya seluruh aspek kesehatan pribadi dan lingkungan menunjukkan bahwa siswa di SD Advent 01 telah berperilaku hidup bersih dan sehat yang baik sebesar (78,6%) (Sumiran et al., 2017).

Hal ini menunjukkan bahwa mereka memiliki kesadaran yang tinggi akan pentingnya kesehatan bagi dirinya dan membiasakan diri untuk senantiasa berperilaku hidup sehat. Secara nyata usaha untuk menjaga kesehatan pribadi mereka tunjukkan dari telah baikknya seluruh aspek kesehatan pribadi dan lingkungan

KESIMPULAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa SD Bone-Bone Pantai baik dari segi pengetahuan masyarakat sudah mencapai 93,1%, sikap mencapai 94,3 dan tindakan sudah mencapai 91,9 %.

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyaningrum, R. (2016). Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) terhadap Kebersihan Pribadi Siswa Kelas IV dan V SD Negeri Keraton Yogyakarta. In *Universitas Negeri Yogyakarta* (Vol. 147, Issue March). <https://eprints.uny.ac.id/39389/1/resti.pdf>
- Chandra, Fauzan, A., & Aquarista, M. F. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap Dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatulistiwa*, 4, 3. <https://openjurnal.unmuhpnk.ac.id/index.php/JKMK/article/view/849/673>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat. (2017). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Barat tahun

2016. In *SlideShare*.
<https://www.slideshare.net/ssuser200d5e/profil-kesehatan-provinsi-sulawesi-barat-tahun-2017>
- Dirgahayu, N. P. (2015). *Hubungan antara Tingkat Pengetahuan dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Gonilan Kartasura Sukoharjo* (Issue 1).
<https://eprints.ums.ac.id/39505/>
- Fatmawati, T. Y. (2017). Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Siswa-Siswi Tentang Personal Hygiene Di Sd Negeri Kota Jambi Knowledge, Attitude and Behavior Students About Hygiene Personal in Sdn Kota Jambi. *Scientia Journal*, 6(01).
<http://ejournal.unaja.ac.id/index.php?journal=SCJ&page=article&op=view&path%5B%5D=52&path%5B%5D=43>
- Hamdalah, A. (2013). Efektivitas Media Cerita Bergambar Dan Ular Tangga Dalam Pendidikan Kesehatan Gigi Dan Mulut Siswa Sdn 2 Patrang Kabupaten Jember. *Jurnal Promkes*, 1(2), 118–123.
- <http://journal.unair.ac.id/filerPDF/jupromkesa4369c10e3full.pdf>
- Janis, C. O., Umboh, J. M. ., & Malonda, N. (2011). Gambaran perilaku hidup bersih dan sehat sekolah pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 6–8.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 2406 Tahun 2011, 19 Menteri Kesehatan Republik Indonesia 34 (2011).
<https://farmalkes.kemkes.go.id/unduh/permenkes24062011pedoman-umum-penggunaan-antibiotik/>
- Kurniawan, A., Putri, R. M., & Widiani, E. (2019). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Kelas IV dan V Sekolah Dasar. *Bioconjugate Chemistry*, 4(1), 100–111.
<https://doi.org/10.1021/bc049898y>
- Lina, H. P. (2017). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA DI SDN 42

- KORONG GADANG
KECAMATAN KURANJI
PADANG. *Jurnal PROMKES*,
4(1), 92.
<https://doi.org/10.20473/jpk.V4.11.2016.92-103>
- Notoatmodjo, S. (2017). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Rachmawati, W. C. (2019). Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku. In *Wineka Cipta*.
<https://fik.um.ac.id/wp-content/uploads/2020/10/2.-PROMOSI-KESEHATAN-DAN-ILMU-PERILAKU.pdf>
- Sari, E. K., Ulfiana, E., & ... (2012). Pengaruh pendidikan kesehatan gosok gigi dengan metode permainan simulasi ular tangga terhadap perubahan pengetahuan, sikap, dan aplikasi tindakan In *IR Perpustakaan Universitas Airlangga Surabaya*.
[https://repository.unair.ac.id/120431/1/Ernita Kurnia Sari 010810192 B20230303_09470995.pdf](https://repository.unair.ac.id/120431/1/Ernita_Kurnia_Sari_010810192_B20230303_09470995.pdf)
- Sitanaya, R. I., Lesmana, H., Irayani, S., & Septa, B. (2021). Simulasi Permainan Ular Tangga Sebagai Media Peningkatan Pengetahuan Kesehatan Gigi Dan Mulut Anak Usia Sekolah Dasar. *Media Kesehatan Gigi : Politeknik Kesehatan Makassar*, 20(2), 28–33.<https://eprints.uny.ac.id/39389/1/resti.pdf>
- Sumiran, R. E., Maramis, F. R. R., Pelealu, F. J. O., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2017). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Sekolah Di Sd Advent 01 Tikala Manado. *KESMAS: JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SAM RATULANGI*, 6(3), 1–11.
<https://ejournal.unsrat.ac.id/v3/index.php/kesmas/article/view/23066>
- Ulya, S. F., Sukestiyarno, Y., & Hendikawati, P. (2018). Analisis Prediksi Quick Count Dengan Metode Stratified Random Sampling Dan Estimasi Confidence Interval Menggunakan Metode Maksimum Likelihood. *Unnes Journal of Mathematics*, 7(1), 109.<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujm>