

**EDUKASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM MEMBANGUN
GAYA HIDUP SEHAT SEJAK DINI DI WILAYAH PESISIR KOTA PASURUAN**Erik Kusuma^{1*}, Dwining Handayani², Ayu Dewi Nastiti³, R.A Helda Puspitasari⁴¹⁻⁴Universitas Jember

Email Korespondensi: erikkusuma.akper@unej.ac.id

Disubmit: 06 Juli 2023

Diterima: 18 Juli 2023

Diterbitkan: 04 Agustus 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.10841>**ABSTRAK**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah upaya memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu dan mampu mempraktikkan PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan sasaran yang sangat efektif dalam merubah perilaku dan kebiasaan hidup sehat. Usia ini merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan serta prestasi belajar. Kegiatan ini dilakukan di SDN Ngemplakrejo Kota Pasuruan. Pemilihan lokasi didasarkan pada 1) penerapan PHBS di sekolah tersebut tergolong rendah, 2) terletak di wilayah pesisir Kota Pasuruan, dimana wilayah pesisir termasuk kedalam fokus sasaran keperawatan agronursing yang memiliki ruang lingkup agrikultural 3) hasil penelitian sebelumnya didapatkan bahwa penerapan PHBS di wilayah pesisir tergolong rendah. Sasaran kegiatan ini adalah siswa kelas 5 dan 6 SD sebanyak 45 orang. Edukasi diberikan melalui ceramah, diskusi dan demonstrasi. Media edukasi berupa buklet, slide power point yang disesuaikan dengan usia anak, video PHBS, dan poster. Kuesioner digunakan untuk mengukur dimensi pengetahuan dan sikap. Dimensi tindakan diukur melalui lembar observasi. Dari hasil evaluasi didapatkan hasil bahwa pada dimensi pengetahuan sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang cuci tangan 6 langkah dengan benar (62%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (67%), memilih jajanan sehat (56%) dan membuang sampah pada tempatnya (58%). Pada dimensi sikap sebagian besar responden memiliki sikap yang positif tentang cuci tangan 6 langkah dengan benar (78%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (71%), memilih jajanan sehat (73%) dan membuang sampah pada tempatnya (80%). Pada dimensi tindakan sebagian besar responden melakukan tindakan cuci tangan 6 langkah dengan benar (69%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (78%), memilih jajanan sehat (71%) dan membuang sampah pada tempatnya (73%). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) mampu membangun gaya hidup sehat sejak dini dengan meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan PHBS.

Kata Kunci: PHBS, Gaya Hidup Sehat, Wilayah Pesisir

ABSTRACT

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in schools is an effort to empower students, teachers, and the school community to know and be able to practice PHBS, and play an active role in realizing healthy schools. School-age children (6-12 years) are very effective targets in changing behavior and healthy living habits. This age is an age that is prone to health problems that can affect the process of growth and development as well as learning achievement. This activity was carried out at SDN Ngemplakrejo Pasuruan City. The site selection was based on 1) the implementation of PHBS in the school was relatively low, 2) it was located in the coastal area of Pasuruan City, where the coastal area was included in the focus of agronursing nursing nursing targets that had an agricultural scope 3) the results of previous studies found that the application of PHBS in coastal areas was relatively low. The target of this activity is 45 students in grades 5 and 6 of elementary school. Education is provided through lectures, discussions and demonstrations. Educational media in the form of booklets, power point slides tailored to the age of children, PHBS videos, and posters. Questionnaires are used to measure dimensions of knowledge and attitudes. Action dimensions are measured through observation sheets. From the evaluation results, it was found that in the knowledge dimension, most respondents had good knowledge about washing hands 6 steps correctly (62%), maintaining dental and oral hygiene (67%), choosing healthy snacks (56%) and disposing of garbage in its place (58%). On the attitude dimension, most respondents have a positive attitude about washing hands 6 steps properly (78%), maintaining dental and oral hygiene (71%), choosing healthy snacks (73%) and disposing of garbage in its place (80%). In the action dimension, most respondents carried out 6-step hand washing actions correctly (69%), maintaining dental and oral hygiene (78%), choosing healthy snacks (71%) and disposing of garbage in its place (73%). Clean and Healthy Behavior Education (PHBS) is able to build a healthy lifestyle from an early age by increasing PHBS knowledge, attitudes and actions.

Keywords: PHBS, Healthy Lifestyle, Coastal Area

1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah adalah upaya memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu dan mampu mempraktikkan PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat (Kusuma et al., 2022a). PHBS di sekolah merupakan salah satu sasaran tatanan PHBS (Salsabila et al., 2022). Anak usia sekolah (6-12 tahun) merupakan sasaran yang sangat efektif dalam merubah perilaku dan kebiasaan hidup sehat. Usia ini merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan serta prestasi belajar. Usia sekolah merupakan usia yang paling penting dalam pembentukan perilaku seorang anak (Bungai et al., 2022). Sebagai generasi penerus bangsa, penting untuk dilakukan pembinaan kesehatan, dimana semakin dini usia akan semakin tertanam dalam diri anak tersebut perilaku yang baik dalam kehidupannya. Sekolah dasar sebagai tempat menuntut ilmu adalah tempat yang paling strategis untuk menanamkan PHBS pada anak (Salim et al., 2021).

Edukasi PHBS pada anak usia sekolah dasar bertujuan untuk membangun gaya hidup sehat sejak dini.

SDN Ngemplakrejo merupakan salah satu Sekolah Dasar Negeri yang berada di Kelurahan Ngemplakrejo, Kecamatan Panggungrejo, Kota Pasuruan, Jawa Timur. Pemilihan lokasi didasarkan pada : 1) penerapan PHBS di sekolah tersebut tergolong rendah, 2) terletak di wilayah pesisir Kota Pasuruan, dimana wilayah pesisir termasuk kedalam fokus sasaran keperawatan agronursing yang memiliki ruang lingkup agricultural, sehingga tema ini sesuai dengan visi misi Fakultas Keperawatan dan Prodi D3 Keperawatan UNEJ, 3) dari hasil penelitian sebelumnya didapatkan bahwa penerapan PHBS di wilayah pesisir tergolong rendah, pemberian edukasi tentang PHBS sejak dini diharapkan mampu membangun gaya hidup sehat sejak dini yang nantinya akan menjadi kebiasaan sehari-hari sehingga mampu meningkatkan kesejahteraan anak di wilayah pesisir.

Permasalahan yang muncul pada mitra terletak pada rendahnya penerapan PHBS di tatanan sekolah. Munculnya berbagai penyakit yang menyerang anak usia sekolah (usia 6-12) umumnya berkaitan dengan PHBS. Berdasarkan survei yang dilakukan di SDN Ngemplakrejo, dari 10 siswa yang diamati, hanya 2 siswa yang mampu melakukan cuci tangan dengan benar, 6 siswa kurang menjaga kebersihan gigi dan mulut ditandai dengan gigi berwarna kuning, pada jam istirahat tampak sebagian siswa membeli makanan tidak sehat yang dijual disekitar sekolah, sebagian siswa membuang sampah tidak pada tempatnya.

PHBS yang rendah pada institusi pendidikan khususnya sekolah dasar di wilayah pesisir menjadi fokus dalam kegiatan ini karena munculnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10) di area pesisir umumnya berkaitan dengan rendahnya PHBS (Kusuma et al., 2022b). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Utami et al., (2020), menunjukkan bahwa siswa/siswi yang tidak melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat disebabkan oleh pengetahuan yang rendah tentang PHBS. Dampak dari tidak melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat akan menimbulkan beberapa penyakit diantaranya cacangan, diare, sakit gigi, sakit kulit, gizi buruk dan penyakit lainnya yang pada akhirnya mengakibatkan rendahnya derajat kesehatan Indonesia dan rendahnya kualitas hidup sumber daya manusia Indonesia (Kusuma et al., 2023). Selain itu dampak yang akan dialami oleh anak-anak yang tidak melakukan PHBS di sekolah menurut WHO sebanyak 100.000 anak Indonesia meninggal dunia karena penyakit diare setiap tahunnya. Hal itu diakibatkan oleh jajanan yang tidak sehat atau cuci tangan yang tidak bersih yang dilakukan anak sekolah. Hal ini menunjukkan bahwa anak-anak belum melakukan PHBS. Selain itu masih terdapat anak usia sekolah yang menderita penyakit cacangan karena tidak melakukan cuci tangan menggunakan sabun (Nafita et al., 2021). Hasil penelitian (Ningsih et al., 2019), menunjukkan bahwa lingkungan sekolah yang kotor akan mengakibatkan ketidaknyamanan suasana belajar, menurunnya prestasi belajar siswa, serta dapat membuat citra sekolah menjadi buruk. Dampak dari tidak melaksanakan PHBS tersebut menjadi salah satu dasar pemerintah dalam meluncurkan program yang bertujuan untuk mengubah perilaku yang tidak sehat agar menjadi sehat, sehingga diharapkan sekolah dapat terus menjaga lingkungannya agar bersih dan mengajarkan PHBS pada seluruh siswanya (Hendrawati et al., 2020). Dalam melakukan upaya untuk mencegah dampak tersebut

diperlukan kerja sama lintas sektoral dalam hal ini diperlukan peran tenaga kesehatan khususnya perawat.

Sekolah dasar sebagai tempat menuntut ilmu adalah tempat yang paling strategis untuk menanamkan PHBS pada anak (Aspiah & Mulyono, 2020). Siswa sekolah dasar merupakan sasaran yang sangat efektif dalam hal merubah perilaku dan kebiasaan hidup sehat karena usia sekolah merupakan usia yang paling optimal dan paling penting dalam pembentukan perilaku seorang anak. Sebagai generasi penerus bangsa, penting untuk dilakukan pembinaan terutama dalam hal kesehatan, dimana semakin dini usia akan semakin tertanam dalam diri anak tersebut perilaku yang baik yang dapat dilaksanakan dalam kehidupannya. Salin itu, siswa atau anak usia sekolah merupakan usia yang rawan akan masalah kesehatan sehingga dapat mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan serta prestasi belajar. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah membangun gaya hidup sehat sejak dini pada siswa sekolah dasar di wilayah pesisir melalui edukasi PHBS. Hasil kegiatan ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih inovasi program atau intervensi yang tepat dalam meningkatkan kesehatan keluarga dan komunitas khususnya pada anak usia sekolah dengan membangun gaya hidup sehat sejak dini

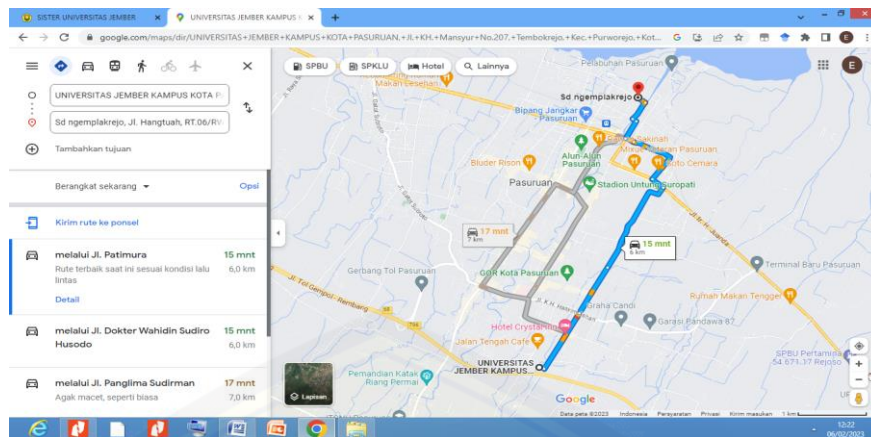
2. MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Permasalahan yang muncul pada mitra yaitu SDN Ngemplakrejo terletak pada rendahnya penerapan PHBS di lingkungan sekolah. Berdasarkan survei yang dilakukan di SDN Ngemplakrejo, permasalahan yang muncul berkaitan dengan PHBS antara lain:

- a. Siswa di SDN Ngeplakrejo belum mampu melakukan cuci tangan 6 langkah dengan benar.
- b. Kurangnya kemampuan siswa dalam menjaga kebersihan gigi dan mulut.
- c. Kurangnya pengetahuan siswa tentang jajanan sehat.
- d. Sebagian siswa membuang sampah tidak pada tempatnya.

Berdasarkan masalah yang terjadi di lapangan, maka rumusan pertanyaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai berikut:

- a. Apakah edukasi tentang PHBS di sekolah dapat meningkatkan pengetahuan peserta kegiatan tentang PHBS?
- b. Apakah edukasi tentang PHBS di sekolah dapat membangun sikap mendukung terhadap PHBS?
- c. Apakah edukasi tentang PHBS dapat membangun tindakan yang mencerminkan PHBS?



Gambar 1. Peta SDN Ngemplakrejo Kota Pasuruan

3. KAJIAN PUSTAKA

a. Perilaku

Perilaku adalah proses dimana individu berinteraksi dengan lingkungannya secara sadar dan tidak sadar (Karim, 2018a). Bloom (1908) membagi perilaku menjadi 3 domain yaitu kognitif (pengetahuan), afektif (sikap), dan psikomotor (tindakan) (Widyarani, 2021). Pengetahuan adalah sesuatu yang diketahui/akan diketahui tentang sesuatu (topik). Pengetahuan diperoleh melalui pelatihan dan pengalaman. Pengetahuan dibagi menjadi 6 tingkatan, yaitu tahu (know), memahami (comprehension), aplikasi (application), analisis (analysis), sintesis (synthesis), dan evaluasi (evaluation) (Keswara et al., 2020). Sikap adalah kemampuan bertindak, bukan pelaksanaan motif tertentu. Fungsi sikap bukanlah tindakan (respon terbuka) atau aktivitas, melainkan kecenderungan perilaku/tindakan atau respons tertutup (Jannah, 2017). Allport (1905) membagi sikap menjadi tiga komponen yaitu kepercayaan atau keyakinan, kehidupan emosional atau evaluasi pribadi subjek, dan kecenderungan untuk bertindak (tend to behave) (Jannah, 2017). Tindakan yaitu perwujudan dari sikap. Tindakan dibedakan menjadi persepsi (perception), praktik terpimpin (guided response), mekanisme (mechanism), adopsi (adoption) (Adliyani et al., 2017).

b. Perilaku Hidup Sehat dan Bersih (PHBS)

PHBS adalah perilaku individu, kelompok, dan masyarakat selama sesi pembelajaran agar mereka dapat secara mandiri memecahkan masalah kesehatannya dan berkontribusi aktif pada peningkatan kesehatan masyarakat (Karim, 2018b). Program PHBS bertujuan untuk menciptakan kondisi bagi individu, keluarga dan masyarakat untuk secara sistematis dan terkoordinasi mengembangkan pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang hidup sehat (Gani et al., 2015). PHBS adalah kegiatan masyarakat untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan. Dari penjelasan di atas disimpulkan bahwa PHBS adalah perilaku dimana individu, keluarga, atau kelompok masyarakat memiliki keinginan, kemauan, dan kemampuan untuk mengembangkan pengetahuan, sikap, dan tindakan dalam hidup sehat untuk memelihara dan meningkatkan

dirinya, kesehatannya dan secara aktif meningkatkan kesehatan masyarakat (Rizal, 2018).

PHBS dibagi menjadi 5 tatanan yaitu tatanan rumah tangga, institusi pendidikan atau sekolah, tempat kerja, tempat umum, dan fasilitas Kesehatan. 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 agar semua komponen yang ada di sekolah mampu menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat, meningkatkan proses belajar mengajar dan para siswa, guru hingga masyarakat lingkungan sekolah menjadi sehat. Indikator PHBS di sekolah meliputi: a) mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, b) mengonsumsi jajanan sehat, c) menggunakan jamban bersih dan sehat, d) olahraga yang teratur, e) memberantas jentik nyamuk, f) tidak merokok di lingkungan sekolah, g) membuang sampah pada tempatnya, h) melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

c. Masyarakat Pesisir

Wilayah pesisir adalah wilayah peralihan antara ekosistem darat dan laut yang saling berinteraksi, di mana kearah laut 12 mil dari garis pantai untuk provinsi dan sepertiga dari wilayah laut itu (kewenangan provinsi) untuk kabupaten/kota dan ke arah darat batas administrasi kabupaten/kota (KEP.10.MEN/2002). Berdasarkan UU No. 27 tahun 2007 menyatakan wilayah pesisir adalah wilayah perbatasan antara ekosistem darat dan laut yang dipengaruhi oleh ekosistem darat dan laut (Jogloabang, 2019). Masyarakat pesisir adalah sekumpulan orang terdiri dari masyarakat adat dan lokal yang tinggal di wilayah pesisir dan pulau-pulau kecil. Masyarakat pesisir merupakan sekelompok masyarakat dengan pola hidup, perilaku, dan karakteristik tertentu yang hidup di wilayah perbatasan antara daratan dan laut. Masyarakat pesisir bertahan hidup dan memenuhi kebutuhannya dari perikanan (Simatupang, 2021). Sebagian masyarakat di wilayah pesisir bekerja sebagai nelayan yang secara turun temurun dari nenek moyang mereka (Torere et al., 2019). Ciri utama masyarakat nelayan adalah kemiskinan yang disebabkan kurangnya akses ke sumber modal, teknologi, dan pasar, serta rendahnya keterlibatan masyarakat dalam mengelola sumber daya alam. Kemiskinan merupakan salah satu penyebab terjadinya kekurangan gizi (Zebua et al., 2017).

4. METODE

Subjek dalam kegiatan ini adalah siswa kelas 5 dan 6 SDN Ngemplakrejo sebanyak 45 orang. Tahap persiapan dilakukan dengan melakukan koordinasi dengan aparat setempat terkait ijin pelenggaraan kegiatan dan mengidentifikasi sumber daya yang diperlukan selama kegiatan. Tahap implementasi berupa pemberian edukasi tentang PHBS di tatanan sekolah melalui metode ceramah, diskusi dan demonstrasi. Media edukasi berupa buklet, *slide power point* yang disesuaikan dengan usia anak, penayangan video edukasi PHBS serta demonstrasi perilaku hidup bersih dan sehat yang meliputi demonstrasi cuci tangan 6 langkah, gosok gigi yang benar, dan cara membuang sampah yang benar. Untuk

memperkuat retensi materi edukasi maka pemasangan poster tentang PHBS di area strategis di lingkungan sekolah juga dilakukan. Tahap evaluasi dilakukan untuk mengetahui sejauh mana materi yang diberikan mampu diserap dan dipahami oleh peserta. Kuesioner digunakan untuk menggali data demografi responden, dan mengukur dimensi pengetahuan dan sikap. Dimensi tindakan diukur melalui lembar observasi.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam membangun gaya hidup sehat sejak dini dilaksanakan di SDN Ngemplakrejo yang merupakan salah satu sekolah dasar negeri yang berada di wilayah pesisir Kota Pasuruan. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada 10 Juni 2023 dengan peserta berjumlah 45 orang, yang terdiri dari siswa kelas 5 dan 6.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan prosesi pembukaan oleh kepala sekolah. Dalam sambutannya, kepala sekolah merespon dengan baik kegiatan ini. PHBS harus diterapkan sejak dini di lingkungan sekolah. Harapan Kepala Sekolah dengan menerapkan perilaku sadar akan kebersihan dan kesehatan ini dapat mencegah munculnya penyakit, meningkatkan kesehatan siswa, dan meningkatnya peran serta aktif warga sekolah khususnya siswa dalam mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat.



Gambar 2. Pemberian Materi oleh Narasumber

Kegiatan selanjutnya adalah pemberian edukasi kesehatan tentang PHBS di tatanan sekolah yang bertujuan untuk membangun gaya hidup sehat sejak dini. Metode yang dipilih adalah ceramah, diskusi dan demonstrasi. Gambar 1 menunjukkan pemateri oleh narasumber. Untuk bisa menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat hal yang paling penting yang harus dimiliki oleh masyarakat, siswa pada khususnya, adalah informasi dan pemahaman tentang hidup sehat (Sagrim et al., 2015). Siswa harus memiliki kesadaran tentang pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Apabila siswa sadar maka secara otomatis mereka akan

mau untuk berubah dan melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat. Menurut pemateri, mengubah perilaku hidup seseorang itu tidaklah mudah dilakukan, akan tetapi bukanlah tidak mungkin dilakukan jika dilandasi dengan kesadaran dan kebiasaan. Cara sederhana dalam menerapkan hidup bersih dan sehat yaitu dengan membiasakan diri membuang sampah pada tempatnya, sering mencuci tangan dengan sabun baik sebelum atau sesudah makan, menjaga kebersihan gigi dan mulut, tidak jajan sembarangan, dan turut serta dalam menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Dalam kegiatan tersebut selain memberikan materi, pemateri juga melakukan demonstrasi terkait cuci tangan 6 langkah, gosok gigi yang benar, dan cara membuang sampah yang benar. Edukasi juga diberikan melalui pemutaran video tentang pentingnya kebersihan lingkungan sekitar khususnya tentang pembuangan sampah. Sangat penting bagi siswa untuk melakukan kebiasaan membuang sampah pada tempat sampah yang telah disediakan. Akan lebih baik lagi jika dilakukan pemilahan sampah sejak awal, yaitu antara sampah organik dan anorganik. Selain itu dijelaskan pula tentang apa dampak yang ditimbulkan jika pembuangan sampah tidak dilakukan dengan baik dan benar. Selama berlangsungnya kegiatan, peserta antusias mendengarkan, aktif berdiskusi dan melakukan redemonstrasi.

Untuk mengevaluasi keberhasilan edukasi yang diberikan, maka pemateri melakukan pengukuran pengetahuan tentang PHBS, sikap terhadap PHBS dan tindakan PHBS sesudah diberikan edukasi. Hasil evaluasi terhadap komponen pengetahuan, sikap, dan tindakan ditampilkan pada tabel 1, 2 dan 3.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Peserta tentang PHBS

	Tingkat Pengetahuan						Jumlah	
	Baik		Cukup		Kurang		n	%
	n	%	n	%	n	%		
cuci tangan 6 langkah dengan benar	28	62	11	25	6	13	45	100
menjaga kebersihan gigi dan mulut	30	67	10	22	5	11	45	100
Memilih jajanan sehat	25	56	12	26	8	18	45	100
membuang sampah pada tempatnya	26	58	15	33	4	9	45	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang baik tentang cuci tangan 6 langkah dengan benar (62%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (67%), memilih jajanan sehat (56%) dan membuang sampah pada tempatnya (58%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sikap Peserta tentang PHBS

	Sikap				Jumlah	
	Positif		Negatif		n	%
	n	%	n	%		
cuci tangan 6 langkah dengan benar	35	78	10	22	45	100
menjaga kebersihan gigi dan mulut	32	71	13	29	45	100

Memilih jajanan sehat	33	73	12	27	45	100
membuang sampah pada tempatnya	36	80	9	20	45	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang positif tentang cuci tangan 6 langkah dengan benar (78%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (71%), memilih jajanan sehat (73%) dan membuang sampah pada tempatnya (80%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tindakan PHBS oleh Peserta

	Tindakan				Jumlah	
	Melakukan		Tidak Melakukan		n	%
	n	%	n	%		
cuci tangan 6 langkah dengan benar	31	69	14	31	45	100
menjaga kebersihan gigi dan mulut	35	78	10	22	45	100
Memilih jajanan sehat	32	71	13	29	45	100
membuang sampah pada tempatnya	33	73	12	27	45	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan tindakan cuci tangan 6 langkah dengan benar (69%), menjaga kebersihan gigi dan mulut (78%), memilih jajanan sehat (71%) dan membuang sampah pada tempatnya (73%).

Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa edukasi yang diberikan mampu meningkatkan pengetahuan peserta tentang PHBS di tatanan sekolah, menumbuhkan sikap positif terhadap PHBS, dan kemampuan melakukan tindakan terkait PHBS di tatanan sekolah yang sebelumnya masih kurang optimal. Keberhasilan yang diperoleh tidak terlepas dari metode penyampaian materi yang dipilih. Metode ceramah dan diskusi digunakan untuk menyampaikan materi terkait PHBS dan menumbuhkan sikap positif terhadap PHBS. Menurut Setiati & Azwar (2020) dan Shalahuddin et al., (2021) dimana metode ceramah dan diskusi sangat efektif untuk mempermudah peserta dalam memahami isi dan materi yang disampaikan. Untuk meningkatkan kemampuan peserta dalam melakukan Tindakan PHBS maka pemateri menggunakan demonstrasi. Metode demonstrasi adalah suatu metode mengajar dimana seorang pendidik memperlihatkan pada seluruh kelas tentang suatu proses atau bagaimana melakukan jalannya suatu perbuatan tertentu kepada peserta didik, misalnya cara melakukan cuci tangan dengan benar. Untuk memperkuat retensi materi edukasi maka pemasangan poster tentang PHBS di area strategis di lingkungan sekolah perlu dilakukan. Poster adalah suatu pengumuman ataupun iklan dalam bentuk gambar ataupun tulisan yang berisi mengenai himbuan atau ajakan untuk melakukan sesuatu dan umumnya poster tersebut akan ditempelkan di dinding atau di tempat-tempat strategis yang kerap dilalui banyak orang dan juga mudah untuk dibaca.

PHBS merupakan manifestasi nyata dari kehidupan manusia dengan menerapkan prinsip dari proses belajar, sehingga perilaku hidup sehat akan

terjadi karena proses belajar yang setiap hari didapatkan dari lingkungan sekolah, keluarga dan komunitas. Proses belajar yang diberikan kepada anak dapat meningkatkan pengetahuan, sehingga siswa diharapkan mampu untuk meninjau dan menginterpretasikan sesuatu yang terjadi dalam kehidupan dan diharapkan mempraktikkan cara hidup sehat. Penyuluhan dan pendidikan kesehatan terkait PHBS dapat merubah pengetahuan, sikap, dan praktik. Selain edukasi kesehatan penerapan PHBS harus memperhatikan banyak faktor yang mempengaruhi seperti ketersediaan fasilitas. Oleh karena itu kerjasama yang terprogram antara pihak sekolah dengan petugas kesehatan untuk memperketat aturan pengelolaan disekitar sekolah, serta melakukan edukasi berkesinambungan baik di lingkungan sekolah dan komunitas tempat tinggal anak sekolah.



Gambar 3. Peserta dan Narasumber

6. KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi PHBS di sekolah mampu meningkatkan gaya hidup sehat sejak dini, ditandai dengan peningkatan pengetahuan peserta tentang PHBS, peserta menunjukkan sikap positif terhadap PHBS, serta mampu melakukan tindakan berkaitan dengan PHBS. Akan tetapi masih ada peserta yang memiliki pengetahuan kurang, sikap yang negatif dan belum mampu melakukan tindakan PHBS di sekolah. Kegiatan pengabdian masyarakat serupa perlu terus dilakukan sebagai bentuk penguatan dengan mencakup sasaran yang lebih banyak dan menjangkau area yang lebih luas lagi khususnya di wilayah pesisir.

Ucapan Terima Kasih

Kegiatan Pengabdian ini didanai oleh Hibah Pengabdian Pemula Tahun Anggaran 2023. Terimakasih kepada Rektor Universitas Jember serta LP2M Universitas Jember yang telah memberikan dana hibah pengabdian pemula. Terimakasih kepada Dekan dan Wakil Dekan Fakultas Keperawatan Universitas Jember atas dukungan yang diberikan dalam pelaksanaan kegiatan ini. Terima kasih diucapkan kepada Kepala Sekolah SDN Ngemplakrejo atas kerja samanya sehingga kegiatan pengabdian ini berjalan dengan lancar.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Adliyani, Z. O. N., Angraini, D. I., & Soleha, T. U. (2017). Pengaruh Pengetahuan, Pendidikan Dan Ekonomi Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Masyarakat Desa Pekonmon Kecamatan Ngambur Kabupaten Pesisir Barat. *Majority Journal*, 7(1), 6-13.
- Aspiah, A., & Mulyono, S. (2020). Peran Perawat Sekolah Dalam Memberikan Edukasi Kesehatan Terkait Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah: Tinjauan Literatur. *Jurnal Penelitian Kesehatan "Suara Forikes" (Journal Of Health Research "Forikes Voice")*, 11(2), 26. <https://doi.org/10.33846/Sf11nk204>
- Bungai, J., Sasmitae, L., & Perdana, I. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Tatanan Sekolah Dasar Di Desa Cangkang Kabupaten Murung Raya Kalimantan Tengah. *Al-Madrasah: Jurnal Pendidikan Madrasah Ibtidaiyah*, 6(4), 1305-1315. <https://doi.org/10.35931/Am.V6i4.1247>
- Gani, H. A., Istiaji, E., & Pratiwi, P. E. (2015). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Tatanan Rumah Tangga Masyarakat Using (Studi Kualitatif Di Desa Kemiren, Kecamatan Glagah, Kabupaten Banyuwangi). *Jurnal Ikesma*, 11(1), 26-35.
- Hendrawati, S., Rosidin, U., & Astiani, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa/Siswi Di Sekolah Menengah Pertama Negeri (Smpn). *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(1), 295. <https://doi.org/10.32584/Jpi.V4i1.454>
- Jannah, W. (2017). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Dalam Tatanan Rumah Tangga Di Gampong Alue Ie Mirah Kecamatan Indra Makmur Kabupaten Aceh Timur. *Skripsi. Universitas Sumatera*.
- Karim, D. S. P. (2018). Determinan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Tatanan Rumah Tangga. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(01), 1-9. <https://doi.org/10.33221/Jikm.V7i01.46>
- Keswara, U. R., Wahyudi, W. T., & Andriyanto, A. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Keluarga Dengan Pelaksanaan Phbs Rumah Tangga Di Pekon Tanjung Rejo Kecamatan Bangkumat Kabupaten Pesisir Barat. *Malahayati Nursing Journal*, 2(4), 770-779. <https://doi.org/10.33024/Manuju.V2i4.2382>
- Kusuma, E., Nastiti, A. D., Puspitasari, R. A. H., & Handayani, D. (2022a). Edukasi Melalui Buklet Sehat Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Masyarakat Pesisir Kota Pasuruan. *Jurnal Keperawatan*, 14(4), 917-922. <https://doi.org/10.32583/Keperawatan.V14i4.474>
- Kusuma, E., Nastiti, A. D., Puspitasari, R. A. H., & Handayani, D. (2022b). Optimalisasi Pelaksanaan Penerapan Protokol Kesehatan Pencegahan Covid-19 Pada Fase New Normal Melalui Literasi Media Pada Masyarakat Tambak Kota Pasuruan. *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat: Peduli Masyarakat*, 2(1), 43-48.
- Kusuma, E., Nastiti, A. D., Puspitasari, R. A. H., & Handayani, D. (2023). Optimalisasi Literasi Media Dalam Menciptakan Keluarga Sadar Gizi (Sadarzi) Pada Masyarakat Pertanian. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(1), 203-208. <https://doi.org/10.37287/Jpm.V5i1.1625>
- Nafita, M., Riwayati, S., & Febriawati, H. (2021). Penyuluhan Dan Edukasi Phbs Di Tpa Al Azhar Dan Sdn 113 Rejang Lebong. *Jurnal Ilmiah*

- Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (Jimakukerta), 1(1), 136-140. <https://doi.org/10.36085/Jimakukerta.V1i1.2538>
- Ningsih, E., Purwaningsih, D. Y., Udyani, K., Budianto, A., & Zuchrilah, D. R. (2019). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Sejak Dini Dan Pemberian Fasilitas Kebersihan Di Sd Negeri 1 Bangeran. *Jpp Iptek (Jurnal Pengabdian Dan Penerapan Iptek)*, 3(1), 7-14. <https://doi.org/10.31284/J.Jpp-Iptek.2019.V3i1.488>
- Rizal, Y. (2018). Public Response To The Implementation Of Clean And Healthy Living Behavior (Phbs) In Coastal Community In Rokan Hilir Regency. *Journal Of Global Responsibility*, 9(3), 261-279. <https://doi.org/10.1108/Jgr-12-2017-0059>
- Salim, M. F., M. Syairaji, M. S., 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. <https://doi.org/10.22146/Jp2m.51342>
- Salsabila, A. A., Lala, H., & Suharno, B. (2022). Pengaruh Edukasi Kesehatan Phbs Di Sekolah Terhadap Peningkatan Pengetahuan Siswa Kelas 3 Sd. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (Jiki)*, 8(2), 157. <https://doi.org/10.31290/Jiki.V8i2.3355>
- Setiati, S., & Azwar, M. K. (2020). Covid-19 And Indonesia. *Acta Medica Indonesiana*, 52(1).
- Shalahuddin, I., Rosidin, U., & Purnama, D. (2021). Edukasi Pada Masyarakat Desa Mekarbakti Kecamatan Pamulihan Kabupaten Sumedang Tentang Pentingnya Upaya-Upaya Pencegahan Penularan Penyakit Covid-19. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 4(1), 1-9. <https://doi.org/10.33024/Jkpm.V4i1.3594>
- Simatupang, C. A. (2021). *Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Masyarakat Pesisir Di Kota Sibolga Skripsi*.
- Torere, W., Goni, S., & Waani, F. J. (2019). Peran Ganda Istri Nelayan Pada Masyarakat Pesisir Di Desa Kima Bajo Kecamatan Wori Kabupaten Minahasa Utara. *Journal Of Social Cultural*, 12(4), 1-19.
- Utami, R. D. P., Rahmawati, N., & Cahyaningtyas, M. E. (2020). Hubungan Antara Pengetahuan Orang Tua Tentang Phbs Dengan Perilaku Pencegahan Ispa. *Intan Husada: Jurnal Ilmu Keperawatan*, 8(2), 49-58. <https://doi.org/10.52236/Ih.V8i2.190>
- Widyarini, H. (2021). Perilaku Wanita Dengan Status Perceraian Dalam Penerapan 2 Indikator Phbs: Melakukan Aktivitas Fisik Setiap Hari Dan Tidak Merokok Di Dalam Rumah. *Digital Repository Universitas Jember*.
- Zebua, Y., Wildani, P. K., Lasefa, A., & Rahmad, R. (2017). Faktor Penyebab Rendahnya Tingkat Kesejahteraan Nelayan Pesisir Pantai Sri Mersing Desa Kuala Lama Kabupaten Serdang Bedagai Sumatera Utara. *Jurnal Geografi*, 9(1), 88-98. <https://doi.org/10.24114/Jg.V9i1.6923>