



## Pola Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar “SDN 02” Nyapah

### *Clean and Healthy Living Behavior Patterns in Elementary Schools “SDN 02” Nyapah*

Diana Romdhoningsih<sup>1\*</sup>, Mohamad Ali<sup>2</sup>, R. Bilqis Bunga Nirwana<sup>3</sup>,  
Arnawati Arnawati<sup>4</sup>, Saniati Saniati<sup>5</sup>, Hera Damayanti<sup>6</sup>, Nursaidah Ahmad<sup>7</sup>,  
Fadilah Fadilah<sup>8</sup>

<sup>1,3,4,5,7,8</sup> Program Studi Ilmu Pendidikan Fakultas Pendidikan,  
Universitas Bina Bangsa, Indonesia

<sup>2,6</sup> Program Studi Ilmu Hukum, Universitas Bina Bangsa, Indonesia

Korespondensi penulis: [nhadiana51@gmail.com](mailto:nhadiana51@gmail.com)\*

#### Article History:

Received: Juli 13, 2024

Revised: Agustus 15, 2024

Accepted: September 02, 2024

Published: September 05, 2024:

**Keywords:** Behavior, PHBS,  
Elementary School Students

**Abstract.** *Clean and Healthy Living Behavior is one of the targets for school children in educational institutions who must receive special attention in terms of PHBS. The population of children at school is a very large and important community. The function of health behavior is very necessary to promote clean and healthy living behavior as a rule for SD 02 Nyapah students which can then be applied in everyday life, especially for elementary school age children. This service research aims to determine patterns of clean and healthy living behavior at 02 Nyapah elementary school. In this writing we use descriptive research. The location of this service and research was carried out at SD 02 Nyapah, Nyapah Village, Walantaka District. The time for this service is 10 August 2024. The sample for this PHBS activity is 50 class 2 students. Based on the results of this research, it shows that elementary school children who have a high level of knowledge about PHBS are good, 96% of elementary school students' attitudes about PHBS are 95% good, and the actions of elementary school students in the category of 97% meet the requirements.*

#### Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan salah satu dari sasaran pada anak sekolah yang ada di Instansi pendidikan yang harus mendapatkan perhatian khusus dalam hal PHBS. Populasi anak yang ada disekolah adalah komunitas yang sangat besar dan penting. Fungsi perilaku terhadap kesehatan sangat diperlukan untuk menggalakan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai aturan pada siswa SD 02 Nyapah yang kemudian untuk diterapkan dalam kehidupan sehari-hari khususnya anak usia sekolah dasar. Penelitian pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui pola perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar 02 Nyapah. Pada penulisan ini adalah menggunakan penelitain deskriptif. Lokasi pengabdian dan penelitian ini dilaksanakan di SD 02 Nyapah, Kelurahan Nyapah Kecamatan Walantaka. Waktu pelksanaan pengabdian ini 10 Agustus 2024. Sampel pada kegiatan PHBS ini adalah siswa kelas 2 sebanyak 50 siswa. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa anak sekolah dasar yang memiliki tingkat penegtahuan tinggi tentang PHBS baik itu 96% sikap siswa sekolah dasar tentang PHBS baik 95%, dan tindakan siswa sekolah dasar katagori memenuhi syarat 97%.

**Kata kunci:** Perilaku, PHBS, Siswa SD

## 1. PENDAHULUAN

Sehat adalah hak setiap individu agar dapat melakukan segala aktivitas hidup sehari-hari. Agar bisa hidup sehat, kita harus mempunyai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS merupakan rangkaian perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya yang optimal. (Chandra et al., 2017).

Masa sekolah dasar merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dan berkemampuan sebagai suatu agen of change untuk dapat mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat sehingga tercipta sumber daya manusia yang berkualitas nantinya. Anak usia sekolah merupakan generasi penerus sebagai suatu 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 suatu usia yang rawan terhadap penyakit. Sistem pembinaan menuju terbentuknya suatu perilaku hidup sehat merupakan bagian yang penting dari pembinaan pada usia sekolah dasar. Mencegah merupakan selalu lebih mudah dari pada mengobati, sebab itu penting sekali agar dapat mengusahakan pada anak usia 6-12 tahun supaya orang tua dan guru dapat berbuat dan melakukan usaha pencegahan (Fatmawati, 2017).

Pada Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2018 memperlihatkan proporsi rumah tangga yang melakukan PHBS selama sepuluh tahun terakhir mengalami peningkatan sekitar 28%. Gambaran secara rinci proporsi PHBS lima tahunnya yaitu 11,2% (2007) menjadi 23,6% (2013) dan kemudian 39,1% (2018). Terdapat sebanyak 12 provinsi memiliki proporsi di atas angka nasional pada tahun 2013, sedangkan 21 provinsi lainnya masih berada di bawah angka nasional. Evaluasi terhadap kebijakan program PHBS terus dilakukan untuk mengukur apakah kebijakan yang sudah ditetapkan memberikan luaran/dampak yang diinginkan pada kondisi kesehatan masyarakat. Riset Kesehatan Dasar merupakan salah satu cara mengevaluasi luaran dari sebuah kebijakan dengan mengukur besaran masalah kesehatan yang ada. Pada era kebijakan berbasis bukti (*Evidence-based Policy/EBP*), data-data yang dihasilkan dari riset, yaitu data primer maupun data sekunder, sangat mendukung proses pengambilan keputusan, merancang pencapaian target dan tujuan kebijakan/program serta membantu dalam implementasinya.

Keberhasilan pembinaan PHBS tidak hanya merupakan peran Kementerian Kesehatan, tetapi kerjasama lintas sektor dengan kementerian terkait dalam menentukan kebijakan, perencanaan, pelaksanaan serta pemantauan dan evaluasi pembinaan PHBS. Dengan menjalankan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari diharapkan dapat menjadi kunci untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. Menjadikan hidup sehat sebenarnya sangatlah mudah serta murah, bila dibandingkan biaya yang harus kita keluarkan kerugian tersendiri bagi yang mengalaminya.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah membuat suatu Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor: 2269/MENKES/PER/XI/2011 yang mengatur dalam upaya peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat atau untuk pengobatan apabila mengalami gangguan kesehatan. Akan tetapi yang kebanyakan yang terjadi sudah mengidap penyakit baru mengobati sehingga akan membuat disingkat PHBS di seluruh Indonesia dengan mengacu kepada pola manajemen PHBS, mulai dari tahap pengkajian, perencanaan, dan pelaksanaan serta pemantauan dan penilaian. Upaya tersebut dilakukan untuk memberdayakan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan dan melindungi kesehatannya sehingga masyarakat sadar, mau, dan mampu secara mandiri ikut aktif dalam meningkatkan status kesehatannya.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan – kegiatan kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat (Depkes RI, 2007). Pemberdayaan masyarakat harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga, karena rumah tangga yang sehat merupakan asset atau modal pada pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota rumah tangga mempunyai masa yang sangat rawan terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular, oleh karena itu untuk mencegah penyakit tersebut, anggota rumah tangga perlu diberdayakan untuk melaksanakan kegiatan PHBS (Depkes, 2013).

PHBS salah satu faktor indikator untuk menilai kinerja pemerintah daerah kabupaten/kota di bidang kesehatan, yaitu pencapaian 70% rumah tangga sehat. Pada penulisan jurnal ini, peneliti memfokuskan pada Pola perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada SDN 02 Nyapah. Seperti gambar dibawah ini :



**Gambar 1.** Kegiatan Penyuluhan sikat gigi yang baik dan benar di SDN 02 Nyapah

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan dalam pengabdian ini adalah penelitian secara deskriptif untuk mengetahui gambaran PHBS pada anak sekolah dasar di SDN 02 Nyapah Kecamatan Walantaka. Dalam pengabdian ini ditemukan masih adanya tindak perilaku hidup bersih yang belum diterapkan dalam lingkungan SDN 02 Nyapah. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang menimbulkan perilaku hidup bersih belum dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari di SDN 02 Nyapah Kecamatan Walantaka.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### **Bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 02 Nyapah Kecamatan Walantaka dalam meningkatkan kesehatan?**

Perilaku kesehatan dapat diklasifikasikan menjadi 3 kelompok, yaitu :

- a) Perilaku pemeliharaan kesehatan, yaitu perilaku atau usaha-usaha seseorang untuk memelihara atau menjaga kesehatan agar tidak sakit dan usaha untuk penyembuhan bilamana sakit.
- b) Perilaku pencarian dan penggunaan sistem atau fasilitas pelayanan kesehatan, yaitu perilaku yang menyangkut upaya atau tindakan seseorang pada saat menderita penyakit dan atau kecelakaan. Perilaku ini dimulai dari mengobati sendiri sampai mencari pengobatan keluar negeri.

- c) Perilaku kesehatan lingkungan, yaitu bagaimana seseorang merespons lingkungan, baik lingkungan fisik maupun sosial budaya, dan sebagainya, sehingga lingkungan tersebut mempengaruhi kesehatannya.

Adapun perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang ada di SDN 02 Nyapah, sebagai berikut:

- 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, Tidak merokok di lingkungan sekolah,
- g. Membuang sampah pada tempatnya, dan
- h. Melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah.



**Gambar 2.** Kegiatan Penyuluha dan PHBS di SDN 02 Nyapah

### **Faktor-faktor apa yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 02 Nyapah ?**

Proses pembelajaran juga sangat tergantung pada fasilitas sekolah. Fasilitas adalah segala sesuatu yang dapat memudahkan dan memperlancar pelaksanaan suatu usaha dapat berupa benda-benda maupun uang. Dalam proses belajar mengajar di sekolah, fasilitas atau sarana dan prasarana merupakan salah satu bagian yang paling penting, karena dapat membantu kelancaran dan kenyamanan dalam proses belajar di sekolah (Chayani & Januardi, 2019). Factor-faktor yang mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat, yaitu:

- a) Dukungan Orangtua

Berdasarkan hasil pengamatan menunjukkan tidak terdapat hubungan antara faktor PHBS Dukungan Orang Tua dengan Gaya Hidup Sehat hal ini dikarenakan banyaknya orang tua yang belum menjalankan gaya hidup sehat sehingga anak meniru kebiasaan orang tua, seperti tidak rutin mencuci tangan saat selesai melakukan kegiatan yang

membawa agen penyakit, saat akan makan dan masih banyak juga orang tua yang tidak membuang sampah pada tempatnya hal ini mengakibatkan anak meniru apa yang dilakukan orang tua, dan orang tua yang tidak melakukan gaya hidup sehat tidak akan memberikan / memperhatikan anaknya dalam melakukan gaya hidup sehat.

#### b) Dukungan Sekolah

Berdasarkan hasil pengamatan menunjukkan bahwa terdapat hubungan, hal ini dikarenakan sekolah adalah tempat untuk siswa menimba ilmu, untuk siswa-siswi mendapatkan pengarahan dan pengajaran. Disekolah anak akan didik untuk melakukan sesuatu yang baik untuk hidupnya, dimana seorang siswa-siswi harus menjalankan seluruh peraturan-peraturan yang diterapkan dan mencontoh perilaku guru sebagai contoh yang baik.



**Gambar 3.** Kegiatan Penyuluhan mencuci tangan yang benar dan baik

## 4. SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat siswa SDN 02 Nyapah baik dari segi pengetahuan murid-muridnya sudah mencapai 96%, sikap mencapai 95% dan tindakan sudah mencapai 97%.

Berdasarkan sumber dari hasil pengabdian yang telah dilakukan oleh penulis disini dapat disimpulkan maka akan terjadi adanya peningkatan sikap dan tindakan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Pada anak sekolah dasar di SDN 02 Nyapah yang meliputi:

- a) Persiapan untuk memperkenalkan, mengajarkan dan menanamkan pentingnya untuk jaga kebersihan dan kesehatan lingkungan sekitar, menyediakan berbagai alat perlengkapan kebersihan yang cukup mencukupi, serta persediaan air yang cukup bersih.

- b) Untuk pelaksanaannya membantu siswa untuk selalu diingatkan untuk berperilaku PHBS, untuk mengefisiensi waktu di dalam pembelajaran disebutkan dengan cara melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat untuk menerapkan kedisiplinan contohnya yaitu membuang sampah pada tempatnya, hal ini bertujuan agar siswa dapat melaksanakan PHBS.
- c) Dalam pelaksanaan PHBS tersebut guru maupun orang tua menekankan kepada anak untuk terus memperhatikan kebersihan dan kesehatan di lingkungan sekitar, hal ini berarti bahwa dorongan dari seorang guru, peran orang tua, peran tenaga kesehatan ketersediaan prasana dan sarana sangat penting. PHBS yang efektif ini diharapkan mampu membantu individu di sekolah untuk selalu menjaga kesehatan sehingga siswa dapat terlepas dari penyakit terutama yang sensitif menginfeksi anak sekolah dasar yang ada di SDN 02 Nyapah.

### **Saran**

1. Adanya sosialisasi dan ajakan menerapkan program PHBS bagi wali murid yang ada di SDN 02 Nyapah.
2. Selalu mengingatkan murid-murid SDN 02 Nyapah dalam berprinsip PHBS baik di rumah maupun di sekolah.
3. Harus diadakannya monitoring dari Dinas terkait dalam hal ini Dinas Kesehatan dalam pelaksanaan PHBS di sekolah-sekolah yang ada di Kota Serang.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arliman. (2018). Eksistensi hukum lingkungan dalam membangun lingkungan sehat di Indonesia. *Jurnal Ilmu Hukum*. Jakarta.
- Julianti, R., & Nasirun, H. M. (2018). Pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17. <http://www.dinkes.go.id>
- Kemenkes RI. (2016). *Program Indonesia sehat dengan pendekatan keluarga*. Retrieved from [http://www.ghbook.ir/index.php?nam\\_option=com\\_dbook&task=reado\\_nline&book\\_id=13650&page=73&ch\\_khashk=ED9C9491B4&Itemid=218&lang=fa&tmpl=component](http://www.ghbook.ir/index.php?nam_option=com_dbook&task=reado_nline&book_id=13650&page=73&ch_khashk=ED9C9491B4&Itemid=218&lang=fa&tmpl=component)
- Lolowang, M. A., Maramis, F. R. R., & Ratag, B. T. (2017). Perilaku hidup bersih dan sehat kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (PHBS). 1–12.
- Nova, F., Yanti, D. E., Rahmah, A., Rafika, E., Amanda Sari, F., Gabriella Yusuf, G., Oktavia, R., & 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.

Raharjo, A. S., & Indarjo, S. (2014). Hubungan antara pengetahuan, sikap, dan ketersediaan fasilitas di sekolah dalam penerapan PHBS membuang sampah pada tempatnya (Studi di Sekolah Dasar Negeri Banjarsari 02 Kecamatan Gabus Kabupaten Pati). *Unnes Journal of Public Health*, 3(1).

Taryatman. (2016). Budaya hidup bersih dan sehat di sekolah dasar untuk membangun generasi muda yang berkarakter. *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 3(1).