

## UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA ANAK SD MELALUI PENYULUHAN KESEHATAN

Andi Pramesti Ningsih<sup>1\*</sup>, Bukroanah Amir Makkau<sup>2</sup>, Dicky Indirwan<sup>3</sup>,

<sup>1,2</sup>Universitas Negeri Manado <sup>3</sup>Universitas Hasanuddin

Correspondent Author Email\*: andiningsih@unima.ac.id

### Abstract

*School is a place where children spend most of their time learning about health, cleanliness and sanitation. Students who do not maintain personal hygiene will experience health problems. One strategy that can be used to improve students' personal hygiene is health education such as lectures and discussions. The results of community service through health education show that elementary school students' knowledge of clean and healthy living behavior increased from 77.5 to 92.5. Overall knowledge increased from 40% to 55%. However, we still have to realize that increasing knowledge requires support from schools, parents and health workers as a continuation of this service activity. Apart from increasing knowledge, further service activities must continue activities to increase knowledge to increase attitudes towards clean and healthy living behavior.*

**Keywords:** Children, Health Education, Behavior

### Abstrak

Sekolah merupakan tempat dimana anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya untuk belajar tentang kesehatan, kebersihan dan sanitasi. siswa yang tidak menjaga kebersihan diri akan mengalami gangguan kesehatan. Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk memperbaiki kebersihan diri siswa dengan edukasi kesehatan seperti ceramah dan diskusi. Hasil pengabdian masyarakat melalui edukasi kesehatan ini menunjukkan bahwa pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai perilaku hidup bersih dan sehat meningkat dari 77,5 menjadi 92,5. Secara keseluruhan pengetahuan meningkat dari 40% menjadi 55%. Namun, kita tetap harus menyadari bahwa peningkatan pengetahuan membutuhkan dukungan dari pihak sekolah, orangtua dan tenaga kesehatan sebagai keberlanjutan dari kegiatan pengabdian ini. Selain peningkatan pengetahuan, kegiatan pengabdian selanjutnya harus melanjutkan kegiatan peningkatan pengetahuann menjadi peningkatan sikap perilaku hidup bersih dan sehat.

Kata Kunci: Anak SD, Penyuluhan Kesehatan, Perilaku

Copyright©2023, Andi Pramesti Ningsih dan kawan-kawan  
This is an open access article under the CC-BY NC-SA license.  
DOI 10.30656/ps2pm.v5i2.7690

## PENDAHULUAN

Sekolah merupakan tempat dimana anak-anak menghabiskan sebagian besar waktunya meluangkan waktu mereka dan mempunyai kesempatan untuk belajar tentang kesehatan, kebersihan dan sanitasi. Guru tidak mendapatkan waktu yang tepat untuk itu membangun hubungan antara kesehatan, dan kebersihan (Pandey, 2022). Selain itu, secara khusus lingkungan sekolah belum menerapkan pembelajaran terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga siswa belum mengetahui secara mengenai pentingnya untuk menjalani hidup bersih dan sehat (Sari & Agustina, 2023).

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi PHBS dan sehat pada siswa, seperti tingkat pengetahuan, peranan guru, orangtua dan tenaga kesehatan serta sarana yang tersedia (Solikin et al., 2022). Siswa yang mempunyai latar belakang sosio-ekonomi yang baik, mempraktikkan kebiasaan higienis dan lebih sadar mengenai praktik sanitasi dan pelajar yang memang berasal dari strata ekonomi rendah mempunyai pengetahuan yang kurang mengenai kesehatan, kebersihan dan sanitasi. Siswa harus menerapkan berbagai perilaku sehat. Mereka harus mencuci tangan sebelum makan, setelah menggunakan toilet dan menyentuh binatang. Mereka harus menyiram toilet setelah menggunakannya sekolah, rumah, dan tempat umum. Mereka harus menggunakan tempat sampah untuk pembuangan yang benar limbah (Pandey, 2022).

Individu yang tidak menjaga kebersihan diri akan mengalami gangguan kesehatan. Penelitian yang dilakukan oleh (Shaigan et al., 2023) menunjukkan bahwa prevalensi penyakit kulit secara signifikan lebih tinggi di daerah perkotaan dan pedesaan dengan kebersihan pribadi yang buruk, dibandingkan dengan individu yang memiliki kebersihan pribadi rata-rata dan baik. Selain itu, perilaku cuci tangan yang tidak baik dapat menimbulkan diare. Penelitian yang dilakukan oleh (Ejemot-Nwadiaro et al., 2021) mengungkapkan bahwa cuci tangan bisa mengurangi seperempat kejadian diare.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Mahalakshmi & Vijayalakshmi, 2023) mengungkapkan bahwa 10% anak masih memiliki pengetahuan yang kurang mengenai kebersihan diri. Penelitian yang dilakukan oleh (Julianti et al., 2018) juga mengungkapkan bahwa pengetahuan PHBS anak-anak masih dibawah rata-rata. Olehnya itu, diperlukan lebih banyak kegiatan pengajaran yang dapat memungkinkan siswa

semakin mengerti dan meningkatkan pengetahuan dan praktek mengenai kebersihan diri. Strategi yang dapat dilakukan untuk memperbaiki kebersihan diri siswa adalah dengan modifikasi strategi pengajaran seperti diskusi, demonstrasi, praktek dan kunjungan lapangan (Nuamah et al., 2020).

Tujuan dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan informasi yang cukup kepada siswa di seolah dasar. Hal ini dilakukan agar siswa sebelum memasuki tingkatan sekolah yang selanjutnya sudah memiliki pengetahuan yang cukup mengenai kebersihan diri. Sasaran dari kegiatan ini adalah siswa di kelas 4,5 dan 6 Sekolah Dasar Negeri No. 29 Tonjo, Kepulauan Selayar yang berjumlah 24 orang.

## **METODE PELAKSANAAN**

Pelaksanaan pengabdian ini menggunakan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab bersama siswa sekolah dasar. Pelaksanaan kegiatan ini pada tanggal 10-12 Juli 2023 di ruang kelas 6 Sekolah Dasar Negeri No. 29 Tonjo, Kepulauan Selayar. Jumlah siswa pada kegiatan ini adalah 24 orang. Kegiatan diawali dengan pretes mengenai PHBS dan sehat kemudian dilanjutkan dengan ceramah dan diskusi lalu ditutup dengan posttest untuk mengetahui sejauh mana pengatehuan anak SD mengenai PHBS setelah diberikan penyuluhan kesehatan. Instrumen yang digunakan berupa materi dalam bentuk powerpoint, handout materi, dan alat tulis. Hasil Pre test dan post test kemudian dianalisis untuk mengetahui sejauh mana perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah kegiatan penyuluhan.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini diawali dengan pre-test untuk mengetahui pengetahuan awal yang dimiliki siswa. Pengisian kuesioner diberikan waktu sekitar 10 menit untuk 15 soal. *Pre-test* dan *post-test* dilakukan untuk membandingkan dan mengukur pengetahuan yang dimiliki oleh siswa. Hal ini juga dapat dijadikan evaluasi untuk menentukan metode yang tepat dalam memberikan informasi kepada anak SD.



**Gambar 1. Pengisian lembar *pre-test***

Sumber: Tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 2023

Tahapan kedua adalah pemberian materi sekaligus berdiskusi dengan siswa/siswi. Pemberian materi dengan metode ceramah dikombinasikan dengan diskusi sehingga siswa/siswi memiliki rasa antusias untuk berbagi informasi. Pemberian informasi tidak hanya berasal dari pemateri, tetapi siswa/siswi juga diberikan kesempatan untuk bercerita mengenai kesehariannya dalam rangka menerapkan perilaku yang bersih dan tentu saja sehat.



**Gambar 2. Pemberian Materi dan Diskusi mengenai Hidup Sehat**

Sumber: Tim PKM, 2023

Perhatian anak akan lebih meningkat ketika mereka diberikan kesempatan untuk mengambil peran dalam proses pembelajaran. Hal yang menarik untuk mereka ceritakan adalah kesehariannya yang dikaitkan dengan perilaku yang sehat. Cerita kesehariannya

ini menarik dan tidak menimbulkan tekanan bagi siswa/siswi karena mereka tidak perlu merasa salah dan memikirkan kebenaran dari jawaban yang akan mereka berikan. Keseharian mereka adalah informasi yang hanya diketahui secara detail oleh siswa/siswi itu sendiri. Pada kegiatan pengabdian masyarakat menunjukkan beberapa hasil yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

**Tabel 1. Hasil Pre-test dan Post-test**

Pre-test	Post-test	Peningkatan
77,5	92,5	15

Sumber: Tim PKM, 2023

Berdasarkan hasil tabel 1 menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan anak sekolah dasar sebelum dan sesudah dilakukan edukasi terjadi peningkatan. Selisih tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah edukasi adalah 15 poin. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Mustar et al., 2018) bahwa setelah dilakukan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan bahkan sikap dan tindakan setelah dilakukan edukasi.

Edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada anak SD. Penelitian yang dilakukan oleh (Kurniawan et al., 2019) menunjukkan bahwa pengetahuan sebelum edukasi 40,5% dapat meningkat menjadi 50% setelah dilakukan edukasi kesehatan.

**Tabel 2. Pre-test tingkat pengetahuan anak SD**

No	Pernyataan	Frekuensi (%)	
		Benar	Salah
1	Definisi perilaku hidup bersih dan sehat	7 (29,2%)	17 (70,8%)
2	Tujuan	8 (33,4%)	16 (66,6%)
3	Perilaku Kebersihan Kulit	3 (12,5)	21 (87,5%)
4	Kebersihan Tangan	17 (74,16)	7 (25,84%)
5	Kebersihan Gigi	11 47,95	13 (52,05%)
6	Kebersihan Rambut	10 45,8	14 (54,2%)
7	Dampak Perilaku tidak bersih dan sehat	8 33,35	16 (66,65%)
8	Perilaku hidup bersih dan sehat	12 (50)	12 (50%)

Sumber: Tim PKM, 2023

Tabel 2. Menunjukkan bahwa siswa paling memahami mengenai kebersihan tangan yaitu 17 orang (74,16%). Sedangkan untuk kebersihan yang paling kurang dipahami adalah perilaku kebersihan kulit yaitu 3 orang (12,5%). Secara keseluruhan siswa yang menjawab benar adalah 40% pada saat dilakukan pretest sebelum edukasi kesehatan.





**Gambar 3. Pengisian lembar *post-test***

Sumber: Tim PKM, 2023

Pengisian lembar *post-test* dibantu oleh guru yang berasal dari sekolah. Hal ini untuk membantu siswa/siswi menyadari bahwa kegiatan ini juga merupakan bagian dari proses pembelajaran. Jadi, meskipun materi dibawa oleh orang asing yang baru mereka lihat, mereka akan berusaha untuk menyelesaikan soal *post-test* dengan baik.

**Tabel 3. Post-test tingkat pengetahuan anak SD**

No	Pernyataan	Frekuensi (%)	
		Benar	Salah
1	Definisi perilaku hidup bersih dan sehat	10 (45,8%)	14 (14 (54,2%)
2	Tujuan	13 (54,2%)	11 (45,8%)
3	Perilaku Kebersihan Kulit	4 (16,7%)	20 (83,3%)
4	Kebersihan Tangan	18 (78,34%)	6 (21,66%)
5	Kebersihan Gigi	16 (66,7%)	8 (33,3%)
6	Kebersihan Rambut	22 (91,7%)	2 (8,3%)
7	Dampak Perilaku tidak bersih dan sehat	9 (41,65%)	15 (58,35%)
8	Perilaku hidup bersih dan sehat	13 (54,2%)	11 (45,8%)

Sumber: Tim PKM, 2023

Tabel 3. Menunjukkan bahwa materi yang paling banyak dipahami pada saat post test adalah mengenai kebersihan rambut yaitu 22 orang (91,7%). Hal ini meningkat dibandingkan pengetahuan sebelumnya yang hanya 10 orang (45,8%). Materi yang masih kurang dipahami oleh siswa adalah mengenai kebersihan kulit yang hanya meningkat 1 siswa menjadi 4 siswa (16,7%). Secara keseluruhan siswa yang menjawab benar pada saat post test adalah 55%.

Berdasarkan hasil pada tabel, dapat kita simpulkan bahwa pemberian edukasi kesehatan mengenai PHBS dan sehat dapat meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar. Penelitian yang dilakukan oleh (Puteri & Yuristin, 2021) menunjukkan bahwa

edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan PHBS berhubungan dengan konsep umum, manfaat yang diperoleh serta dampak yang ditimbulkan jika kurang menerapkan PHBS.

Peningkatan pengetahuan PHBS bisa dilakukan dengan pelaksanaan berbagai kegiatan edukasi kesehatan. Salah satunya seperti kegiatan pengabdian masyarakat ini dalam memberikan informasi PHBS kepada siswa (Wulandari & Pertiwi, 2018). Edukasi kesehatan dan program perubahan perilaku lainnya diperlukan untuk sering dilakukan untuk meningkatkan PHBS (Ghosh et al., 2020). Upaya peningkatan pengetahuan yang dilakukan sejak dini akan menimbulkan kebiasaan yang bertahan hingga anak menjadi dewasa. Anak lebih mudah mendapatkan pengetahuan dari apa yang dilihat, dialami dan didengar (Oktapia & Herawati, 2023). Peningkatan pengetahuan ini membutuhkan banyak intervensi yang dapat disesuaikan dengan ketertarikan anak-anak. Beberapa intervensi akan memberikan lebih banyak pertimbangan dalam menentukan intervensi yang paling cocok dalam peningkatan pengetahuan (Pradhan et al., 2020)

Peningkatan pengetahuan selain dengan pemberian edukasi juga membutuhkan banyak dukungan dari berbagai pihak. Sikap siswa dalam menerapkan PHBS dan sehat secara signifikan berhubungan dengan peran guru dan dukungan orangtua (Nasiatin & Hadi, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh (Yulianingsih et al., 2022) mengungkapkan bahwa kemampuan PHBS pada siswa mencapai 77% dengan dukungan yang baik dari guru dalam memberikan bimbingan kepada siswa.



**Gambar 4. Pemberian apresiasi untuk siswa dengan nilai tertinggi**

Sumber: Tim PKM, 2023

Apresiasi diberikan untuk memberikan contoh kepada siswa/siswi bahwa ada konsekuensi dari setiap tindakan. Mereka yang mendengarkan materi dengan baik, mampu menjawab soal akan mendapatkan hadiah. Hal ini sejalan dengan perilaku yang mereka lakukan, perilaku sehat akan menciptakan tubuh yang sehat. Sebaliknya, perilaku yang tidak sehat akan menciptakan penyakit dalam tubuh mereka. Beberapa cara yang dapat dilakukan oleh kepala sekolah dalam meningkatkan pengetahuan siswa adalah dengan melakukan analisis penyebab, melakukan kegiatan dan tentu saja melakukan evaluasi (Maharwati & Dinatha, 2023). Kesiadaan sekolah menjadi mitra adalah sebuah inovasi dari kepala sekolah untuk meningkatkan pengetahuan para siswanya mengenai PHBS dan sehat. Selain itu, untuk meningkatkan pengetahuan diperlukan peran UKS. Siswa yang belum menyadari peran UKS dan kurang berminat terhadap pembelajaran yang dilakukan UKS berdampak pada kesadarannya yang rendah mengenai PHBS (Aminah et al., 2021). Hal yang tidak kalah penting adalah dukungan keluarga yang dapat meningkatkan perilaku hidup bersih dan sehat pada anak SD (Rexmawati & Santi, 2021).

## **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dengan metode edukasi kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar setelah pelaksanaan edukasi. Pengetahuan siswa meningkat dari 77,5 menjadi 92,5. Secara keseluruhan pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat meningkat sebesar 55%. Olehnya itu, diperlukan intervensi sejenis dengan metode yang bervariasi untuk memberikan informasi kepada siswa-siswi SD mengenai perilaku hidup bersih dan sehat serta manfaat yang akan diperoleh jika berhasil menerapkannya. Saran yang dapat diberikan pada kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah mendorong peningkatan pengetahuan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat pada anak SD membutuhkan kerjasama dari berbagai pihak yaitu pihak sekolah, orangtua, dukungan tenaga kesehatan.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada instansi yang telah memberi dukungan pengabdian ini yakni Sekolah Dasar Negeri No. 29 Tonjo, Kepulauan Selayar sebagai mitra dalam pelaksanaan kegiatan ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., Wibisana, E., Huliaturunisa, Y., & Magdalena, I. (2021). Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa Sekolah Dasar. *Universitas Muhamadiyah Tangerang*, 6(1).
- Ejemot-Nwadiaro, R. I., Ehiri, J. E., Arikpo, D., Meremikwu, M. M., & Critchley, J. A. (2021). Hand-washing promotion for preventing diarrhoea. In *Cochrane Database of Systematic Reviews* (Vol. 2021, Issue 1). John Wiley and Sons Ltd. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD004265.pub4>
- Ghosh, S., Ruhul Kabir, M., Mahmudul Islam Khan, M., Chandra Shill, L., Saima Alam, S., Professor, A., & Ghosh Susmita Ghosh, S. (2020). Knowledge, Attitude, and Practice (KAP) regarding Personal Hygiene among Primary School going Children in Sadar Upazilla, Noakhali District, Bangladesh. In *Indian Journal of Public Health Research & Development* (Vol. 11, Issue 6).
- Julianti, R., Nasirun, H. M., & Wembrayarli. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17. [www.dinkes.go.id](http://www.dinkes.go.id)
- 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. *Nursing News*, 4(1), 100–111.
- Mahalakshmi, S., & Vijayalakshmi, S. (2023). A Study To Assess The Knowledge Regarding Personal Hygiene Among The Primary School Children in A Selected Government School At Andipalayam, Coimbatore. *Journal International Journal of Research and Development (IJRD)*, 8(1), 128–138. <https://doi.org/10.36713/epra2016>
- Maharwati, N. K., & Dinatha, N. M. (2023). Strategi Kepala Sekolah dalam Menerapkan Pendidikan Kesehatan Melalui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Citra Bakti*, 10(1), 57–69. <https://doi.org/10.38048/jipcb.v10i1.1497>
- Mustar, Y. S., Susanto, I. H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *JISIP*, 2(2), 89–95.
- Nasiatin, T., & Hadi, I. N. (2019). Determinan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri. *Faletehan Health Journal*, 6(3), 118–124. [www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ](http://www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ)
- Nuamah, C. A., Arthur, C., Jecty, R., & Asare, B. (2020). Remediating The Abysmal Effects Of Poor Personal Hygiene On Teaching And Learning In Basic Schools, In The Assin North Municipality, Ghana. *European Journal of Public Health Studies*, 2(1), 1–16. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3627410>

- Oktapia, S., & Herawati, S. J. (2023). Peningkatan Kesehatan Anak Usia Dini dengan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 2(3), 11553–11550. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu>
- Pandey, N. (2022). Awareness of Health, Hygiene, and Sanitation among the Elementary School Teachers and Students : A Post Covid Status Survey. *Voices of Teachers and Teacher Educators*, XI(II), 98–105.
- Pradhan, N. A., Mughis, W., Ali, T. S., Naseem, M., & Karmaliani, R. (2020). School-based interventions to promote personal and environmental hygiene practices among children in Pakistan: Protocol for a mixed methods study. *BMC Public Health*, 20(1), 1–14. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08511-0>
- Puteri, A. D., & Yuristin, D. (2021). Penyuluhan Kesehatan Mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Sekolah di Desa Binuang Kecamatan Bangkinang. *Community Service of Tambusai : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 1–6.
- Rexmawati, S., & Santi, A. U. P. (2021). Pengaruh Peran Keluarga Terhadap Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Anak Sekolah Dasar Usia 10 Sampai 12 Tahun Di Kampung Baru Pondok Cabe Udik. *Seminar Nasional Penelitian LPMM UMJ*, 1–12. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaslit>
- Sari, C. F., & Agustina, D. (2023). Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Membangun Gaya Hidup Sehat pada Proses Pembelajaran Sejak Dini Usia 9-11 Tahun SD Negeri 101765 Bandar Setia Kec. Percut Sei Tuan. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 281–289.
- Shaigan, M., Eram, U., Ahmad, A., & Khalil, S. (2023). Role of Environmental Factors and Hygiene in Skin Diseases. *Indian Journal of Public Health Research & Development*, 14(2), 161–167.
- Solikin, R., Cahyani, I. W., & Setyawan, A. (2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar di SD Negeri Tambaan 1. *Jurnal Pendidik Anak Cerdas Dan Pintar*, 6(2), 238–241.
- Wulandari, D. R., & Pertiwi, W. W. (2018). Pengetahuan dan Peran Orangtua Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa SD Di Kecamatan Kramatwatu Serang. *Jurnal Dunia Kesmas*, 7(4), 225–232.
- Yulianingsih, N., Ananda, W., & Nur, Y. (2022). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidik Anak Cerdas Dan Pintar*, 6(1), 193–199.