

Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Anak Sekolah Dasar Di Sdn 13 Kolo Kota Bima

Anggih Tri Cahyadi

Pendidikan Guru Sekolah Dasar, STKTP Taman Siswa Bima

Email: anggih.tricahyadi13@gmail.com

Abstract

The quality of children's health until now cannot be categorized as good because there are still high health problems that can occur, especially in school children. Lifestyle problems or health behaviors in children of primary school age are usually related to personal hygiene, the environment and the birth of various diseases that often affect school-age children, making it clear that PHBS values in schools are still minimal and have not reached the expected level. The purpose of this study was to determine the clean and healthy living behavior of elementary school children at SDN 13 Kolo, Bima City. The results showed that the highest category of PHBS awareness, namely regular exercise and non-smoking in schools received a good category (100%), this shows that children have an awareness of the importance of doing regular exercise and not smoking. Eradicating mosquito larvae gets the least percentage, namely the good category only (30.8%) and the rest are in the sufficient category. The results showed that students have an awareness of the importance of Clean and Healthy Living Behaviors.

Keywords: PHBS, Primary School Children.

Abstrak

Kualitas kesehatan anak sampai saat ini tidak bisa dikategorikan baik karena masih tingginya masalah kesehatan yang dapat terjadi khususnya pada anak sekolah. Permasalahan gaya hidup atau perilaku kesehatan pada anak usia sekolah dasar biasanya berkaitan dengan kebersihan pribadi, lingkungan dan lahirnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah semakin memperjelas bahwa nilai-nilai PHBS disekolah masih minim dan belum mencapai tingkat yang diharapkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat anak sekolah dasar di SDN 13 Kolo Kota Bima. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori paling tinggi akan kesadaran PHBS yaitu olahraga yang teratur dan tidak merokok di sekolah mendapatkan kategori baik (100%), hal ini menunjukkan bahwa anak-anak memiliki kesadaran akan pentingnya melakukan olahraga yang teratur juga tidak merokok. Memberantas jentik nyamuk mendapatkan presentase paling sedikit yaitu kategori baik hanya sebanyak (30.8%) dan sisanya berada pada kategori cukup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran akan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.

Kata Kunci: PHBS, Anak Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) masih membuat pemerintah menarik perhatian khusus. Hal ini terlihat dari dimasukkannya PHBS sebagai salah satu indikator capaian peningkatan kesehatan dalam program Sustainable Development Goals (SDGs) 2015-2030. Dalam SDGs, PHBS merupakan strategi pencegahan dengan dampak jangka pendek bagi peningkatan kesehatan dalam 3 tataran wilayah yaitu sekolah, keluarga dan masyarakat. (Kemenkes RI, 2015). Perilaku Hidup Bersih

dan Sehat (PHBS) adalah 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). Tujuan perilaku hidup bersih dan sehat adalah untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, masyarakat agar hidup sehat, serta meningkatkan peran aktif masyarakat termasuk swasta dan dunia usaha

dalam upaya mewujudkan derajat hidup yang optimal.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan masih banyak masyarakat yang membuang sampah di sembarang tempat, permasalahan gizi selalu mengalami peningkatan setiap tahunnya.. Di Indonesia, penduduk yang telah memenuhi kriteria ber-PHBS tertinggi ada 5 provinsi tertinggi dan 5 provinsi terendah dalam ber-PHBS yaitu Sulawesi Utara (76,6%), Kalimantan Timur (75,3%), Bali (74,2%), Jambi (72,4%), Jawa Tengah (71,1%). Sedangkan presentase rumah tangga yang ber-PHBS terendah di Indonesia paling banyak di Papua (37,5%), Sulawesi Tengah (31,4%), Aceh (30,3%), Nusa Tenggara Barat (29,5%), Papua Barat (25,5%). Nusa Tenggara Barat sendiri masuk ke kategori rendah, hal ini menunjukan kurang kesadaran masyarakat terhadap PHBS.

Kualitas kesehatan anak sampai saat ini tidak bisa dikategorikan baik karena masih tingginya masalah kesehatan yang dapat terjadi khususnya pada anak sekolah. Permasalah gaya hidup atau perilaku kesehatan pada anak usia sekolah dasar biasanya berkaitan dengan kebersihan pribadi, lingkungan dan lahirnya berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah semakin memperjelas bahwa nilai-nilai PHBS disekolah masih minimal dan belum mencapai tingkat yang diharapkan, oleh karena itu diperlukan suatu kegiatan intervensi yang dapat meningkatkan pengetahuan, sikap, dan tindakan tentang PHBS pada anak sekolah (Sumiran, 2017). Masalah-masalah yang terjadi pada anak usia sekolah dasar semakin memperlihatkan bahwa nilai-nilai PHBS di sekolah masih minim dan belum mencapai tingkat yang diharapkan. Oleh sebab itu perlu adanya suatu kegiatan intervensi yang dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pelaksanaan PHBS pada anak sekolah dasar. (Wowor, 2013).

Penelitian yang dilakukan Julianti (2018) menunjukan bahwa PHBS pada anak usia dini memiliki kriteria dengan rata-rata kurang, hal ini menunjukan bahwa masih kurang sadarnya PHBS pada anak usia dini. Penelitian yang dilakukan oleh Ananda (2022) menunjukan 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.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa perilaku kesehatan yang negatif dapat meningkatkan kerentanan seseorang menderita penyakit. Sebaliknya, perilaku kesehatan yang positif dapat menurunkan angka kesakitan dan kematian serta meningkatkan atau menjaga kesejahteraan dan aktualisasi diri seseorang. Menurut kemenkes RI (2020) angka kesakitan dan kematian dari penyakit tidak menular disebabkan oleh faktor perilaku dan gaya hidup yang tidak sehat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat anak sekolah dasar di SDN 13 Kolo Kota Bima.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SDN Kolo Kota Bima pada bulan juni-juli 2022. Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat anak sekolah dasar di SDN Kolo Kota Bima. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 5B yang berjumlah 26 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Pengumpulan data dilaksanakan dengan melakukan wawancara langsung kepada responden. Instrumen yang digunakan untuk mengukur perilaku hidup bersih dan sehat anak sekolah dasar menggunakan kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik di SDN Kolo Kota Bima Tahun 2022

Karakteristik	n	%
Umur		
10 tahun	16	61.5
11 tahun	10	38.5
Jumlah	26	100.0
Jenis Kelamin		
Pria	17	65.4
Wanita	9	34.6
Jumlah	26	100.0

Berdasarkan karekteristik responden dengan jenis kelamin pada tabel 1, diketahui bahwa responden paling banyak yaitu berjenis kelamin

pria sebanyak 17 responden (65.4%) dan paling sedikit berjenis kelamin wanita yaitu sebanyak 9 responden (34.6%). karakteristik responden berdasarkan umur dari tabel 1, diketahui bahwa paling banyak yang berumur 10 tahun sebanyak 16 responden (61.5%) dan paling sedikit yang berumur 11 tahun sebanyak 10 responden (38.5%).

Tabel. 2 Distribusi Responden perilaku hidup bersih dan sehat anak sekolah dasar di SDN Kolo Kota Bima.

Indikator PHBS	n	%
Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun		
Baik	24	92.3
Cukup	2	7.7
Jumlah	26	100.0
Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah		
Baik	17	65.4
Cukup	9	34.6
Jumlah	26	100.0
Menggunakan jamban yang bersih dan sehat		
Baik	24	92.3
Cukup	2	7.7
Jumlah	26	100.0
Olahraga yang teratur dan terukur		
Baik	26	100.0
Jumlah	26	100.0
Memberantas jentik nyamuk		
Baik	8	30.8
Cukup	11	42.3
Kurang	7	26.9
Jumlah	26	100.0
Tidak merokok di sekolah		
Baik	26	100.0
Jumlah	26	100.0
Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan		
Baik	12	46.2
Cukup	14	53.8
Jumlah	26	100.0

Membuang sampah pada tempatnya		
Baik	20	76.9
Cukup	6	23.1
Jumlah	26	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa siswa yang mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun dengan kategori baik sebanyak 24 responden (92.3%) dan sisanya yaitu kategori cukup sebanyak 2 responden (7.7%). Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah dengan kategori baik sebanyak 17 responden (65.4%) dan sisanya yaitu kategori cukup sebanyak 9 responden (34.6%). Menggunakan jamban yang bersih dan sehat dengan kategori baik sebanyak 24 responden (92.3%) dan sisanya yaitu kategori cukup sebanyak 2 responden (7.7%). Olahraga yang teratur dan terukur kategori baik sebanyak 26 responden (100.0%). Memberantas jentik nyamuk kategori baik sebanyak 8 responden (30.8%), kategori cukup sebanyak 11 responden (42.3%) dan sisanya yaitu kategori kurang sebanyak 7 responden (26.9%). Tidak merokok di sekolah kategori baik sebanyak 26 responden (100.0%). Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 dengan kategori baik sebanyak 12 responden (46.2%) dan sisanya yaitu kategori cukup sebanyak 14 responden (53.8%). Membuang sampah pada tempatnya dengan kategori baik sebanyak 20 responden (76.9%) dan sisanya yaitu kategori cukup sebanyak 6 responden (23.1%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun di dominasi oleh kategori baik, hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran mengenai pentingnya mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah di dominasi kategori baik, hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran mengenai mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat di dominasi kategori baik. hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran mengenai Menggunakan jamban yang bersih dan sehat. Olahraga yang teratur dan terukur berada pada kategori baik dimana seluruh siswa melakukan

olahraga sesuai dengan jadwal yang ditetapkan, hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran mengenai pentingnya olahraga yang teratur dan terukur. Memberantas jentik nyamuk didominasi oleh kategori cukup, hal menunjukkan bahwa siswa perlu diajarkan pentingnya memberantas jentik nyamuk untuk meningkatkan pengetahuan siswa terhadap bahaya yang bisa disebabkan oleh jentik nyamuk. Tidak merokok di sekolah mendapat kategori baik dimana seluruh siswa tidak ada yang merokok, hal menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran mengenai pentingnya bahaya merokok. Membuang sampah pada tempatnya dengan kategori baik, hal ini menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran mengenai pentingnya membuang sampah pada tempatnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran akan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, hal ini sesuai dengan pernyataan para guru bahwa para siswa sudah mulai terbiasa dan sadar akan pentingnya hidup sehat. 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).

KESIMPULAN

Olahraga yang teratur dan tidak merokok di sekolah mendapatkan kategori baik (100%), hal ini menunjukkan bahwa anak-anak memiliki kesadaran akan pentingnya melakukan olahraga yang teratur juga tidak merokok. Memberantas jentik nyamuk mendapatkan kategori paling sedikit yaitu kategori baik hanya sebanyak (30.8%), hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan anak-anak terkait pemberantasan nyamuk masih kurang dan perlu diperhatikan.

SARAN

Kesadaran anak disekolah dasar cukup bagus, tetapi yang perlu diperhatikan adalah siswa juga harus mampu menerapkan PHBS dirumah atau lingkungan tempat tinggalnya, untuk itu perlu kerjasama antara guru, orang tua

dan siswa. Kebijakan yang mendukung pelaksanaan PHBS lebih ditingkatkan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pihak sekolah yang telah menerima peneliti untuk melakukan penelitian dan pihak-pihak yang terlibat yang mendukung untuk menyelesaikan penelitian ini.

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.
- Julianti, R, dkk. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 2018, Vol 3. (1), 11-17
- kemendes RI (2020). *Penyakit Tidak Menular Kini Ancam Usia Muda*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemendes RI. (2015). *Kesehatan dalam Kerangka Sustainable Development Goals (SDG'S)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- 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.
- Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018). *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI tahun 2018*.
- 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.
- Sumiran, R. E, dkk. (2017). *Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs) Siswa Sekolah Di SD Advent 01 Tikala Manado*. Universitas Sam Ratulangi.
- Wowor, S. (2013). *Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Sekolah Pada Siswa Sekolah Dasar Gmim Lemoh Kesehatan:1-3*.