

Analisis Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Usia Sekolah di SMP 1 Methodist Kutalimbaru Tahun 2024

Nada Amirah¹, Muhammad Rifqi Azhary², Sri Sudewi Pratiwi Sitio³, Lina Febriani Tanjung⁴, Rizqi Nanda Putri⁵, Yunita Syahputri Damanik⁶

^{1,3,6}Program Studi Kesehatan Masyarakat Institut

²Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Jambi

^{4,5}Program Studi Administrasi Rumah Sakit
Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail: nadaamirah96@gmail.com, rifqiazhary.ra@gmail.com,
dewisitio08@gmail.com, linafebrianitanjung@gmail.com,
rizqinandaputri45@gmail.com, yunitadamanik88@gmail.com

Abstract

Prevention of sickness, establishment of a healthy, disease-free environment, and enhancement of physical health are the goals of a clean and healthy living (PHBS) initiative in the school setting, which is a collaborative effort between students and teachers. Schools may play a crucial role in educating the public about the significance of living a healthy, clean lifestyle. The health of kids may be greatly improved by doing simple things like using soap to wash hands and eating nutritious food from the school cafeteria. In order to have a better idea of what elementary school-aged kids know about PHBS, or clean and healthy living behaviors, this study is collecting data. This study used a descriptive quantitative research strategy. Researchers at Kutalimbaru 1 Methodist Middle School in Deli Serdang Regency administered a questionnaire to students in the fall of 2023 to gauge their level of familiarity with the concept of clean and healthy living behaviors (PHBS). Thirty participants were surveyed for this research, with ten participants drawn from each of the three grade levels (Seventh, Eighth, and Ninth). According to the interview results, most students at SMP 1 Methodist Kutalimbaru have a good understanding of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS). However, when it comes to actually practicing what they've learned, there are some big gaps. For example, 18 out of 30 students still don't wash their hands before and after eating, and 22 out of 30 students still don't eat hygienic food, which can lead to infectious diseases like diarrhea. In order to implement PHBS in school-aged children, support from parents, teachers, and school facilities is necessary.

Keywords: Knowledge, Clean and Healthy Living Behavior, School Age Children

PENDAHULUAN

Pola hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah merupakan upaya yang didasarkan pada kesadaran siswa dan guru dalam mencegah penyakit, menciptakan lingkungan sehat bebas penyakit, dan meningkatkan kualitas kesehatan jasmani. Institusi pendidikan tinggi memainkan peran penting dalam penyebaran informasi tentang pentingnya menjalani gaya hidup sehat dan higienis. Hal-hal sederhana yang dilakukan anak sehari-hari, seperti menggosok gigi setelah makan, menggunakan kamar kecil setelah menggunakan kamar kecil, berolahraga secara teratur, membuang sampah pada wadah yang benar, dan mencuci tangan dengan sabun, mempunyai pengaruh yang besar terhadap perilaku anak. kesehatan mereka (Proverawati, 2012). Selain itu, anak-anak yang masih duduk di bangku sekolah, khususnya anak-anak usia SMP (13-15 tahun), merupakan kelompok demografi yang baik untuk menanamkan cita-cita PHBS karena mereka mampu menjadi pemimpin dalam menciptakan suasana yang mendukung perilaku sehat. upaya yang berbasis lingkungan hidup (Departemen Kesehatan, 2008). Pada tahun 2017, Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan terdapat hampir 6 juta kasus penyakit, salah satunya diare, pada anak-anak di seluruh dunia, yang mengakibatkan 2 kematian pada tahun 2015 (Lamberti, 2017). Hal ini disebabkan oleh bakteri di mulut akibat makan tanpa mencuci tangan, air dan tangan yang terkontaminasi, kebersihan lingkungan yang buruk, serta makanan dan minuman tidak sehat yang dikonsumsi anak-anak saat istirahat makan siang, yang menyebabkan 88% kematian anak di seluruh dunia.

Hasil Ringkasan Kejadian Diare (DID) tahun 2017 menunjukkan 1.725 anak menderita diare dan tercatat meninggal sebanyak 34 anak, dengan case fatality rate (CFR) diare sebesar 1,97% pada saat wabah terjadi menurun dibandingkan tahun 2016 (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Menurut Riskekdas 2018, setiap hari, 88,2% masyarakat Indonesia membersihkan gigi, sedangkan 49,8% penduduk berusia di atas 10 tahun mencuci tangan dan buang air besar dengan benar. Provinsi Jawa Tengah misalnya, memiliki rata-rata 49,5% anak usia sekolah yang berperilaku baik, hal ini membuktikan bahwa seluruh provinsi di Indonesia menganut tren hidup

bersih dan sehat yang berbeda-beda. Buang air besar dan cuci tangan dengan benar Menurut Kementerian Kesehatan (2018), 90% penduduk menggunakan toilet dan mempraktikkan kebersihan yang baik setelah menggunakan toilet; 95,5% populasi menyikat gigi setiap hari. Survei Kesehatan Sekolah Global (GSHS) tahun 2015 menemukan bahwa banyak anak Indonesia yang aktif, jumlah anak usia sekolah di atas 10 tahun menurun, dan semakin sedikit masyarakat Indonesia yang peduli terhadap gaya hidup bersih dan sehat. Di antara peserta, 28,8% melaporkan merokok, 13,2% melaporkan minum, 95,5% melaporkan jarang makan buah dan sayur, dan 33,5% melaporkan tidak hadir secara fisik karena ketergantungan pada perangkat elektronik. (Riskekdas, 2018).

Riskekdas tahun 2013 menyatakan bahwa kebersihan diri anak yang mempunyai masalah gigi sebesar 86%, 53% tidak tahu cara memotong kuku, 42% tidak tahu cara menyikat gigi, dan 8% tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. (Kementerian Kesehatan, 2013). Pada tahun 1979, Becker mengajukan teori, yaitu konsep perilaku berdasarkan konsep pengetahuan PHBS. Blooms pada tahun 1908. Becker mengatakan bahwa perilaku sehat mempunyai 3 komponen yaitu Pengetahuan Kesehatan (Health Knowledge), Kesiapan Menerapkan Kesehatan (Health Attitude), dan Pemahaman Cara Menjaga Kesehatan (Health Practice). Ketiga komponen tersebut mempunyai keunggulan dalam menjaga kesehatan setiap orang (Notoatmodjo, 2010).

Hasil data Riskekdas (2018) menunjukkan bahwa anak usia sekolah berperilaku buruk, merokok, minum minuman beralkohol dan jarang melakukan rutinitas olah raga berdampak buruk bagi kesehatan anak, 2018. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lestar (2015) terungkap. bahwa hasil observasi responden 15 orang siswa kelas VII dan VIII sebagian besar dari 10 siswa tersebut mempunyai pengetahuan tentang mata pelajaran tersebut sebelum mendapat pelatihan tutor sebaya. air bersih mencuci tangan dan menggunakan toilet dengan baik serta membuang sampah pada tempatnya 66,7%, sikap sopan dan santun 7 siswa 46,7% dan praktik 10 siswa 66,7% menggunakan air bersih untuk mencuci tangan, menggunakan

toilet yang baik dan membuang sampah. Pendidikan sebaya melibatkan orang-orang terdekat dengan teman bermainnya, sehingga tercipta peran yang dapat mempengaruhi teman sebayanya untuk melakukan hal-hal positif (Bleeker, 2001). Penelitian yang dilakukan Lestar (2015) tentang pengaruh peer tutoring terhadap PHBS anak sekolah Banguntapan Bantul membuahkan hasil yang baik, namun terdapat kendala dalam melakukan penelitian ini karena kesenjangan usia dan pengetahuan pengajar. dan tujuannya adalah perluasan yang efektif dari metode bimbingan belajar yang sama dalam pengajaran (Lestari, 2015).

Survei pendahuluan dilakukan pada 28 Oktober 2023 dan mengamati siswa kelas tujuh dan delapan selama enam hari. Dari sepuluh peserta, lima anak ditemukan berada di dalam kelas pada saat itu. Instruktur PHBS, dari empat siswa tidak membersihkan gigi setiap malam, dua orang tidak mencuci tangan, dua orang tidak membuang sampah dengan benar, satu orang tidak mengonsumsi jajanan bergizi, dan satu orang tidak mencuci. latihan fisik yang cukup. Dari yang terlihat di sekitar sekolah, terdapat enam tempat sampah, dua toilet, dan dua toilet. Airnya kelihatannya bersih, tapi di toilet hanya ada satu batang sabun.

Selain itu, terdapat tiga buah keran air tepat di depan kelas. . seperti deterjen. di tangan dan lingkungan sekitar cukup bersih. Kesimpulan dari temuan ini adalah bahwa PHBS merupakan masalah serius dan, jika tidak ditangani, akan berkontribusi terhadap perilaku buruk di masa depan. Peneliti mengambil sampel anak kelas VII dan VIII sebuah sekolah menengah pertama yang memberikan saran bagaimana menciptakan suasana belajar yang nyaman dengan metode peer mentoring. Hasil penelitian yang dilakukan dengan metode bimbingan simultan memberikan pengaruh yang baik sebagai sarana pendidikan kesehatan. Oleh karena itu, metode peer teaching diharapkan dapat diteruskan dan diterima di kalangan siswa sehingga dapat terus melanjutkan dan mengajarkan PHBS kepada teman, keluarga, dan masyarakat.

1. METODE PENELITIAN

Penelitian kuantitatif deskriptif merupakan pendekatan yang digunakan

dalam penelitian ini. Peneliti mengumpulkan informasi mengenai kesadaran anak usia sekolah terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan menggunakan wawancara kuesioner pada penelitian ini. Penelitian ini dilakukan pada bulan September – Oktober 2023 di SMP Methodist Kutalimbaru 1 Kabupaten Deli Serdang. Sampel pada penelitian ini ialah 30 orang masing-masing 10 orang dari tiap tingkat kelas yaitu kelas VII, VIII dan IX.

2. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari wawancara yang dilaksanakan pada bulan September – Oktober terhadap 30 orang siswa masing – masing 10 siswa dari tiap kelas yakni kelas VII, VIII dan IX di SMP 1 Methodist Kutalimbaru, hasil wawancara ditunjukkan pada tabel berikut

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Siswa dalam Penerapan Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)

Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)	n	%
Tidak menerapkan	18	60,0
Menerapkan	12	40,0
Total	30	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum mengetahui pentingnya menjaga perilaku hidup bersih dan sehat dalam hal ini cuci tangan pakai sabun sebelum dan sesudah makan yang mana diperoleh 18 dari 30 siswa atau 60% siswa tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah makan. Hal ini sejalan dengan penelitian pada siswa sekolah dasar di wilayah kerja Puskesmas Negara Ratu menunjukkan bahwa pengetahuan CTPS siswa sudah cukup baik dengan 54,2% telah mengetahui secara baik CTPS namun pelaksanaannya masih kurang dimana hanya 45,8% yang menerapkan cuci tangan pakai sabun (Fitri, 2019). Hal ini dapat dipengaruhi oleh kebiasaan di rumah dan sekolah sehingga membutuhkan bimbingan dan dukungan dari orangtua dan guru di sekolah. Faktor-faktor yang mempengaruhi penerapan CTPS antara lain dukungan orang tua dan pendidik terhadap siswa, seperti pengingat terus-menerus untuk mencuci tangan pakai sabun sebelum dan sesudah makan. (Isnaini dkk, 2020).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Siswa dalam Konsumsi Makanan Higienies

Konsumsi Makanan Higienies	n	%
Tidak	22	73,3
Ya	8	26,7
Total	30	100

Dari tabel di atas diperoleh bahwa 73,3% siswa mengkonsumsi makanan yang tidak higienis. Namun hal ini disebabkan oleh belum tersedianya kantin sehat di sekolah dan tidak terbentuknya kebiasaan membawa makanan dari rumah ke sekolah sehingga para siswa tidak memiliki pilihan makanan selain jajan sembarangan di sekolah. Kebiasaan jajanan anak kemungkinan besar dipengaruhi oleh aksesibilitas makanan di lingkungan sekolah. Rasa makanan, dibandingkan nilai gizinya, akan lebih diutamakan dalam benak siswa sekolah dasar. Makanan ringan, baik makanan maupun minuman, merupakan barang yang umum dibeli oleh anak-anak, sehingga akses terhadap pilihan makanan sehat akan mempengaruhi kebiasaan ngemil mereka. (Tamanampo, 2023)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Pengetahuan tentang PHBS	n	%
Kurang Baik	10	33,3
Baik	20	66,7
Total	30	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar siswa (tepatnya 66,7%) sudah mengetahui pengertian "perilaku hidup bersih dan sehat", pentingnya menjaga perilaku tersebut, dan komponen PHBS terkait CTP dan mengonsumsi makanan higienis. Namun pengetahuan yang baik saja belum tentu dapat mendukung pelaksanaan PHBS sebagaimana mestinya. Pelaksanaannya perlu dukungan dari orangtua untuk membentuk kebiasaan PHBS dan dukungan fasilitas hygiene sanitasi dari pihak sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian pada anak usia sekolah di wilayah kerja UPTD Puskesmas Payangan yang menunjukkan bahwa 57,6% memiliki pengetahuan yang cukup terkait PHBS namun tidak sejalan dengan perilaku siswa dimana faktor yang mempengaruhi salah satunya fasilitas sekolah yang tidak memadai (Resiyanthi dkk, 2021).

Maka dari itu hasil yang didapat pada penelitian ini dengan 30 orang siswa sebagai sampel untuk diwawancara di SMP 1 Methodist Kutalimbaru, menunjukkan sebagian besar siswa sudah memiliki pengetahuan yang baik. Namun pelaksanaan PHBS pada siswa SMP 1 Methodist Kutalimbaru belum dapat terlaksana sebagaimana semestinya dikarenakan faktor-faktor lain berupa dukungan orangtua, guru, dan fasilitas dari pihak sekolah.

4. KESIMPULAN

Pengetahuan siswa SMP 1 Methodist Kutalimbaru mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sudah baik dengan diperolehnya keseluruhan mengetahui aspek-aspek dalam PHBS namun dalam penerapannya belum sesuai dengan pengetahuan yang dimiliki oleh para siswa. Diharapkan guru dan pihak terkait dapat membantu siswa untuk menjalani gaya hidup yang lebih sehat dan menjaga perilaku hidup bersih dan sehat sehingga dapat berdampak positif di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Atikah Proverawati, Eni Rahmawati. 2012. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Departemen Kesehatan RI. 2008. Pedoman Pengelolaan Promosi Kesehatan Dalam Pencapaian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Jakarta. Departemen Kesehatan
- Fitri, Anisa. Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS) pada Siswa Sekolah Dasar Di Wilayah Kerja Puskesmas Negara Ratu Kecamatan Sungkai Utara Kabupaten Lampung Utara Tahun 2019. *Jurnal Ruwa*. ISSN: 1978-6204. Vol 13 No. 1.
- Isnaini, A., Indah, MF., Ishak, NI. 2020. Knowledge Relations, Support Parents And Teachers With The Behavior Of Hand Wash Soap in Grade VIII Students in SMPN 15 Banjarbaru Years 2020. *Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari*.
- Kementerian Kesehatan Indonesia. 2018. Profil Kesehatan Indonesia Tahun

2017. Jakarta. Kementerian Kesehatan RI

Lamberti, L. M., Fischer Walker, C. L., Noiman, A., Victora, C., & Black, R. E. (2011). Breast-feeding and the risk for diarrhea morbidity and mortality. *BMC Public Health*, 11 (SUP- PL. 3), S15. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-11-S3-S15>

Lestari T. 2015. *Kumpulan teori untuk kajian pustaka penelian kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika

Notoadmojo. *Metodologi Penelitian kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta

Resiyanthi, NKA., Maepiani, NK., Sari, NAME. 2021. Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Keperawatan*. e-ISSN: 2549-8118. Vol 13 No 2.

Riskesdas. 2019. *Riset Kesehatan Dasar*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan RI

Tamanampo, KL., Renteng, S., Simak, FV. 2023. Hubungan Peran Orang Tua tentang Jajanan Sehat Dengan Sikap dan Kebiasaan Jajan Anak di SD Negeri Kalasey Kecamatan Pineleng. *Mapalus Nursing Science Journal*. ISSN: 3026-1198. Vol 1 No 2 Hal 6 – 11.

