

## PROMOSI KESEHATAN - SOSIALISASI PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA-SISWI SDN 1 SENGGIGI KABUPATEN LOMBOK BARAT

Wayan Cintya Ganes Budastra<sup>1</sup>, Kalisa Attaya<sup>1</sup>, Dinda Ayu Maulira<sup>1</sup>, Baiq Hawarikatun<sup>1</sup>, Nur Ramdhani Kanata<sup>1</sup>, Tuhfatul Ulya<sup>2\*</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Farmasi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram

<sup>2</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Apoteker, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Mataram

\*Co-Author : [tuhfatululya@staff.unram.ac.id](mailto:tuhfatululya@staff.unram.ac.id)

**ABSTRAK.** Perilaku Hidup bersih dan Sehat merupakan salah satu upaya untuk mencegah suatu penyakit atau masalah kesehatan dan sebagai upaya promotif untuk meningkatkan derajat kesehatan pada seseorang. Berbagai penyakit dapat disebabkan karena kurangnya pengetahuan masyarakat terutama anak usia sekolah terkait PHBS. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk mempromosikan terkait pentingnya PHBS pada siswa/i SDN 1 Senggigi. Metode yang digunakan yaitu penyampaian edukasi melalui powerpoint dan video materi, serta pemberian pretest dan posttest untuk mengukur pemahaman siswa/i tentang PHBS. Hasil menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan siswa mengenai PHBS sebesar 5,8%, dari rata-rata nilai pretest 76,47% menjadi 82,35% pada nilai posttest. Edukasi PHBS melalui media powerpoint dan video terbukti efektif meningkatkan pemahaman siswa, bentuk edukasi ini juga mudah diterapkan di lingkungan sekolah. Sebaiknya, edukasi PHBS diintegrasikan ke dalam kurikulum sekolah, dengan dukungan guru dan orang tua, serta evaluasi berkala untuk keberlanjutannya. Edukasi PHBS ini dapat menjadi langkah strategis untuk mendorong penerapan PHBS dan meningkatkan kualitas hidup siswa.

*Kata Kunci: lingkungan sehat, PHBS, peningkatan pengetahuan, promosi kesehatan, siswa/i sekolah dasar*

**ABSTRACT.** Clean and Healthy Living Behavior known as PHBS, is one of the efforts to prevent a disease or health problem and as a promotive effort to improve one's health status. Various diseases can be caused by a lack of public knowledge, especially school-age children related to PHBS. The purpose of this study was to promote the importance of PHBS to students of SDN 1 Senggigi. The method used was the delivery of education through powerpoint and video material as well as giving pretest and posttest to measure students' understanding of PHBS. The results showed a 5.8% increase in students' knowledge of PHBS, with the average pretest score rising from 76.47% to 82.35% in the posttest. PHBS education delivered through powerpoint presentations and videos proved effective in enhancing students' understanding and is easily implementable in a school. It is recommended that PHBS education be integrated into the school curriculum, supported by teachers and parents, with periodic evaluations to ensure its sustainability. This PHBS education can be use as a strategic to promote the implementation of PHBS and improve students' quality of life.

*Keyword: health promotion, healthy environment, PHBS, knowledge improvement, elementary school students*

## PENDAHULUAN

PHBS atau Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran bagi suatu keluarga, kelompok, atau masyarakat agar mampu menolong dirinya sendiri dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan (Purwanti et al., 2020). Manfaat PHBS secara umum adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mau dan mampu menjalankan hidup bersih dan sehat. Hal tersebut menjadi penting untuk dilakukan agar masyarakat sadar dan dapat mencegah serta mengantisipasi atau menanggulangi masalah-masalah kesehatan yang mungkin muncul. Selain itu, dengan menerapkan dan mempraktekkan PHBS diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup (Kemensos RI, 2020).

Penelitian menyebutkan bahwa sebagian besar siswa SD belum menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat karena tingkat pengetahuan anak sekolah dasar terkait PHBS masih dalam kategori kurang (Mughtar et al., 2023). Sementara itu, guru yang diharapkan menjadi sosok teladan dalam berperilaku hidup bersih dan sehat belum menunjukkan peran yang maksimal dalam PHBS siswa (Nelwan et al., 2023). Penerapan PHBS yang masih sangat kurang pada anak sekolah dapat mempengaruhi status kesehatan anak. Pemberian edukasi pada anak sekolah dasar terkait PHBS penting untuk dilakukan. Hal ini dapat menambah pengetahuan anak sekolah sehingga anak dapat menerapkan PHBS selama beraktivitas di sekolah maupun setelah kembali ke rumah (Mughtar et al., 2023).

Pada area sekolah, penerapan PHBS dilakukan oleh siswa, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah sehingga dapat tercipta lingkungan sekolah yang bersih dan sehat (Patandung et al., 2022). Terciptanya kebersihan dan kesehatan di lingkungan sekolah dapat mendukung kelancaran proses belajar mengajar para siswa, guru, serta masyarakat di sekitar lingkungan sekolah tersebut (Kemensos RI, 2020). Berdasarkan uraian di atas, maka dilakukan kegiatan pengabdian masyarakat dalam bentuk edukasi terkait PHBS pada anak sekolah dasar di SDN 1 Senggigi, Kecamatan Batu Layar, Kabupaten Lombok Barat, Nusa Tenggara Barat.

## ANALISIS PERMASALAHAN

Berdasarkan informasi wawancara yang diperoleh dari para guru di SDN 1 Senggigi, diketahui bahwa para siswa dan siswi masih belum maksimal dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari. Telah banyak kasus siswa dan siswi terkena penyakit DBD dan penyakit lainnya. Hal tersebut dapat diakibatkan salah satunya karena tidak menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh karena itu, perlu dilakukan pemberian edukasi terkait penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di lingkungan sekolah, khususnya untuk pada siswa dan siswi SDN 1 Senggigi.

## SOLUSI YANG DITAWARKAN

Berdasarkan permasalahan kesehatan yang dialami oleh siswa/i SDN 1 Senggigi, solusi yang dapat ditawarkan oleh tim kami untuk mengatasi masalah tersebut adalah memberikan pemahaman kepada siswa/i SDN 1 Senggigi melalui kegiatan “Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)”.

Adapun rangkaian kegiatan “Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)” adalah sebagai berikut:

1. Sosialisasi PHBS: Melakukan penyampaian materi mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) kepada siswa/i, disertai dengan penerapannya dalam kehidupan sehari-hari menggunakan media presentasi berupa PowerPoint dan video edukasi
2. Pretest dan posttest: Melakukan pretest dan posttest untuk mengevaluasi pemahaman siswa/i mengenai materi PHBS
3. Permainan Edukatif: Menyediakan permainan susun kata untuk mengukur pemahaman siswa/i tentang materi yang telah disampaikan, dengan cara yang menarik dan mampu meningkatkan semangat belajar peserta
  - a. Setelah kegiatan “Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)”, siswa/i diharapkan dapat:
  - b. Memahami Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), yang mencakup definisi, penting PHBS, manfaat PHBS, serta cara penerapannya dalam kehidupan sehari-hari.
  - c. Menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di kehidupan sehari-hari

## HASIL DAN PEMBAHASAN

PHBS atau singkatan dari Perilaku Hidup bersih dan Sehat merupakan salah satu upaya untuk mencegah suatu penyakit atau masalah kesehatan dan sebagai upaya promotif untuk meningkatkan derajat kesehatan pada seseorang (Julianti, 2018). Beberapa indikator yang dapat mencerminkan PHBS yaitu mencuci tangan dengan air yang bersih dan menggunakan sabun, mengkonsumsi makan-makanan yang sehat, menggunakan jamban yang bersih, memberantas jentik nyamuk untuk mencegah penyakit, olahraga yang teratur, dan membuang sampah pada tempatnya. Perilaku tersebut diharapkan dapat diterapkan oleh seluruh masyarakat termasuk anak usia sekolah. terdapat banyak faktor yang dapat mempengaruhi perilaku hidup bersih dan sehat seperti kebiasaan di lingkungan rumah atau juga di lingkungan sekolah. Sehingga diperlukan adanya edukasi untuk meningkatkan kesadaran anak usia sekolah terkait pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat tersebut. Kegiatan promosi kesehatan PHBS dilakukan pada siswa/i Sekolah Dasar Negeri 1 Senggigi.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah Responden (n)	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
Laki-laki	20	58,82
Perempuan	14	41,18

Berdasarkan Tabel 1, jumlah siswa/i yang terlibat dalam kegiatan ini adalah 34 orang, dengan mayoritas siswa laki-laki sebanyak 20 orang (58,82%) dan siswi perempuan sebanyak 14 orang (41,18%). Sebelum dilakukan penyampaian materi mengenai PHBS, kepada siswa/i diberikan kuesioner pretest yang terdiri dari 5 pertanyaan mengenai PHBS sebagai penilaian awal mengenai pengetahuan siswa/i (Gambar 1).



**Gambar 1.** Pengisian pretest oleh siswa/i

Kegiatan selanjutnya adalah penyampaian materi mengenai PHBS, di mana pada sesi ini, siswa/i diberikan pemahaman tentang definisi, pentingnya PHBS, penerapan, serta manfaat PHBS dalam kehidupan sehari-hari. Materi disampaikan selama  $\pm 15$  menit menggunakan media presentasi berupa PowerPoint dan video edukasi (Gambar 2). Pada akhir kegiatan, dilakukan evaluasi pemahaman siswa mengenai PHBS melalui kuesioner posttest (Gambar 3).



**Gambar 2.** Penyampaian materi mengenai PHBS



**Gambar 3.** Pengisian posttest oleh siswa/i

**Tabel 2.** Hasil pre-test dan post-test

Karakteristik	Skor rata-rata $\pm$ SD	Persentase (%)
Pre Test	3,82 $\pm$ 1,24	76,47
Post Test	4,1 $\pm$ 1,34	82,35
Peningkatan		5,8

Anak usia sekolah merupakan waktu yang tepat untuk menanamkan nilai-nilai pola hidup sehat dan mempromosikannya baik melalui sekolah, keluarga, maupun masyarakat. Berdasarkan Tabel 2, diperoleh skor rata-rata pretest dan posttest siswa/i masing-masing sebesar 3,82 dan 4,1. Hasil pretest menunjukkan bahwa 76,47% siswa/i menjawab pertanyaan dengan benar. Nilai tersebut mengindikasikan bahwa pengetahuan siswa/i SDN 1 Senggigi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat masih kurang yang berpengaruh terhadap sikap dan tindakannya dalam kehidupan sehari-hari (Mustar et al., 2018). Pengetahuan adalah faktor penting yang dapat mempengaruhi perubahan perilaku, dan setiap individu dapat memperoleh pengetahuan serta keterampilan melalui proses pembelajaran (Purnamasari & Raharyani, 2020). Oleh karena itu, melalui upaya promosi kesehatan ini diharapkan siswa/i dapat menerapkan pola hidup bersih dan sehat baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah.

Penggunaan media dalam promosi kesehatan dilakukan dengan memanfaatkan presentasi PowerPoint yang dilengkapi dengan gambar dan ilustrasi terkait materi, serta video edukasi singkat yang disertai dengan audio dan visual yang menarik, guna meningkatkan daya tarik dan pemahaman peserta. Penggunaan media yang hanya mengandalkan ceramah

dapat mempengaruhi kemampuan siswa/i dalam menerima informasi, karena media tersebut cenderung monoton dan kurang menarik perhatian (Anifah, 2020). Hasil posttest menunjukkan bahwa 82,35% siswa/i berhasil menjawab dengan benar, yang mengindikasikan bahwa siswa/i memiliki pengetahuan yang baik mengenai PHBS. Hal ini juga dapat dilihat dari adanya peningkatan pengetahuan sebesar 5,8% setelah pemberian materi, dibandingkan dengan nilai awal pada pretest (Tabel 2). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saban (2017), yang menunjukkan penggunaan media video akan lebih efektif jika dibandingkan dengan media leaflet.

## KESIMPULAN

Kegiatan promosi kesehatan melalui media presentasi PowerPoint dan video edukasi mampu meningkatkan pengetahuan siswa/i SDN 1 Senggigi sebesar 5,8% dari hasil pretest awal 76,47% dan posttest sebesar 82,35%. Hal ini menunjukkan siswa/i memiliki pengetahuan yang baik mengenai PHBS setelah pemberian materi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak SDN 1 Senggigi, terutama kepada para guru dan Kepala Sekolah, atas kesempatan yang diberikan untuk melakukan kegiatan promosi kesehatan (promkes) di sekolah ini. Dukungan dan kerja sama yang luar biasa dari semua pihak sangat membantu dalam tercapainya tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa mengenai pentingnya hidup bersih dan sehat.

## REFERENSI

- Anifah. F. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 5(1), 296-300.
- Kemensos RI. (2020). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga. *Penguatan Kapabilitas Anak dan Keluarga*, 1-14.
- Julianti, R., Nasirun, & Wembrayarli. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmu Potensia*, 3(1), 11-17
- Muchtar, F., Zainuddin, A., & Kohali, R. E. S. O. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SD Negeri 9 Moramo, Desa Ranooha Raya, Kecamatan Moramo, Kabupaten Konawe Selatan. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(04), 871-880.
- Mustar, Y. S., Susanto, I.H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan Kesehatan:Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. 2(2), 89-95.
- Nelwan, J. E., Musa, E. C., & Sumampouw, O. J. (2023). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Pada Siswa Sekolah Dasar Kartika Jaya XXI-1 Kota Manado. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(9), 2088-2099.
- Patandung, V. P., Langingi, A. R. C., Rembet, I. Y., & David, B. Y. (2022). Peningkatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak-Anak. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat MAPALUS*, 1(1), 35-41.
- Purnamasari, I., & Rahyani, A. E. (2020). Tingkat pengetahuan dan perilaku masyarakat Kabupaten Wonosobo tentang Covid-19. *Jurnal ilmiah kesehatan*, 10(1), 33-42.

Purwanti, Y., Wisaksono, A., & Aliviameita, A. (2020). Pengabdian Masyarakat Penerapan PHBS di Sekolah.

*Aksiologi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 161-166.

Saban, Saharyah. 2017. Efektifitas Media video dan leaflet Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Siswi SMAN 2 Ngaglik Sleman. Naskah Publikasi. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.