

**PENINGKATAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA  
KELAS 2 DI SD NEGERI 2 PANJEREJO KECAMATAN GADING REJO  
KABUPATEN PRINGSEWU PROVINSI LAMPUNG**

**Praty Milindasari<sup>1\*</sup>, Juniah<sup>2</sup>**

<sup>1-2</sup>Akademi Keperawatan Bunda Delima Bandar Lampung

Email: pratypramono@gmail.com

Disubmit: 05 Oktober 2021

Diterima: 21 Februari 2022

Diterbitkan: 01 Mei 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i5.5252>

**ABSTRAK**

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang kurang pada anak sekolah menyebabkan munculnya berbagai penyakit. Secara nasional, menurut data Riskesdas 2018 berdasarkan kelompok umur, proporsi terbesar dengan masalah gigi dan mulut adalah kelompok umur 5-9 tahun (67,3%) dengan 14,6% telah mendapat perawatan oleh tenaga medis gigi, sedangkan proporsi terendah dengan masalah gigi dan mulut adalah umur 3-4 tahun (41,1%) dengan 4,3% telah mendapat perawatan oleh tenaga. Penyakit lain yang diakibatkan oleh kurangnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak sekolah seperti Diare, Cacingan, Thyfoid, masih menjadi masalah serius untuk ditangani. Tujuan kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tidak hanya anak sekolah tetapi seluruh guru dan staf yang berada di sekolah tentang PHBS di SD Negeri 2 Panjerejo. Kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan dan simulasi cara menyikat gigi dan mencuci tangan yang benar dengan menggunakan phantom dan laeflet. Terdapat peningkatan pengetahuan dan kemampuan sebesar 52,89% tentang PHBS yaitu sikat gigi dan cuci tangan yang benar pada siswa SD Negeri 2 Panjerejo kelas 2.

**Kata Kunci:** PHBS, Siswa SD, Sikat Gigi, Cuci Tangan

**ABSTRACT**

*Poor Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in schoolchildren leads to the emergence of various diseases. Nationally, according to Riskesdas 2018 data by age group, the largest proportion with dental and oral problems is the 5-9 age group (67.3%) with 14.6% having been treated by dental medics, while the lowest proportion with dental and oral problems is the 3-4 year old (41.1%) with 4.3% having been treated by a worker. Other diseases caused by lack of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in school children such as Diarrhea, Worms, Thyfoid, are still serious problems to deal with. The purpose of this activity is expected to increase the knowledge of not only school children but all teachers and staff who are in the school about PHBS in State Elementary School 2 Panjerejo. Activities carried out in the form of counseling and simulation of how to brush your teeth and wash your hands properly using phantom and laeflet. There was a 52.89% increase in knowledge and ability about PHBS, namely toothbrushes and proper hand washing in state elementary school students 2 Panjerejo class 2.*

**Keywords:** PHBS, Elementary Students, Toothbrushes, Hand Washing

## 1. PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran yang merupakan hasil dari pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga dapat menolong diri sendiri dalam kesehatan dan turut berperan aktif dalam mewujudkan kesehatannya. Kesehatan merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia termasuk di dalamnya adalah pendidikan. Jenjang pendidikan formal yang ada di Indonesia diawali dengan pendidikan Sekolah Dasar (SD) yang memfokuskan pendidikan pada anak usia 6-12 tahun. Usia tersebut merupakan usia yang rentan terhadap berbagai macam penyakit sehingga diperlukan peningkatan pola hidup yang lebih sehat (Bur & Septiyanti, 2020).

Beberapa indikator untuk menilai PHBS di sekolah yaitu mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan (Nurmahmudah et al., 2018)

Berdasarkan laporan Riskesdas tahun 2018, 95,7% anak sudah melaksanakan sikat gigi, namun hanya 1,7% yang telah melakukannya dengan benar. Penduduk Indonesia yang dapat melakukan cuci tangan dengan benar sebanyak 47%. Perilaku konsumsi tembakau aktif setiap hari pada anak mencapai 0,5% dan 0,9% lainnya merokok dengan intensitas kadang-kadang (Riskesdas, 2018). Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 juga menyebutkan bahwa 25% penduduk Indonesia menderita masalah gigi dan mulut selama tahun 2012. Untuk anak usia 1-14 tahun angka kesakitan berkisar antara 10,4% sampai 28,9% (Ardani, 2018).

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan berdasarkan permasalahan kesehatan yang ada di SD Negeri 2 Panjerejo kabupaten Pringsewu Lampung. Berdasarkan data survey kesehatan UKS (April - Juni 2018) di sekolah tersebut menyebutkan bahwa anak-anak di kelas 2 terdapat 20 orang dan 10 orang atau 50% mengalami karies gigi dan 2 orang mengalami demam typhoid dan berdasarkan hasil wawancara kepada siswa/i kelas 2 terdapat 100% belum mengetahui cara mencuci tangan yang baik dan benar

Masih kurangnya informasi yang diterima siswa/i tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) maka perlu dicari solusi atau jalan keluar. Salah satu cara pemecahan masalah tersebut adalah dengan memberikan informasi yang jelas kepada siswa/i sehingga memiliki pengetahuan yang cukup dan memadai dalam mengantisipasi timbulnya penularan penyakit di lingkungan sekolah. Berdasarkan uraian di atas maka diperlukan penyuluhan tentang PHBS di lingkungan sekolah. Dengan mendapatkan pengetahuan yang cukup, diharapkan siswa/i dapat melakukan tindakan dalam mencegah timbulnya penularan penyakit dan melindungi diri dari tertularnya penyakit

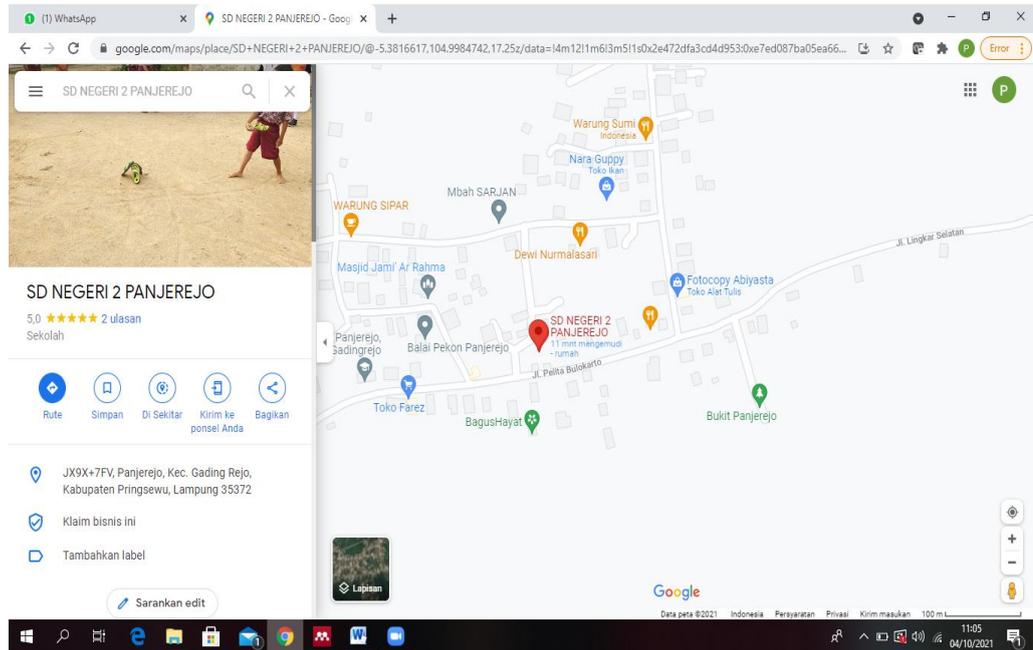
## 2. MASALAH

Sebagian besar siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Panjerejo Kecamatan Gadingrejo sudah menerapkan PHBS di kehidupan sehari-hari, akan tetapi bagaimana menerapkan yang benar dan sesuai hampir semua siswa belum ada yang melakukannya, seperti bagaimana cara menyikat gigi yang benar, kapan waktu menyikat gigi yang tepat, makanan apa saja yang boleh di beli di kantin, bagaimana cara mencuci tangan yang benar, dan kapan saja waktu untuk mencuci tangan.

Dengan usia siswa yang rata-rata masih sibuk dengan kegiatan belajar dan bermain tentu akan menjadi hal yang biasa bagi siswa apabila PHBS tersebut tidak terlalu diperhatikan. Untuk itu siswa masih butuh banyak bimbingan agar PHBS dapat terus dilakukan baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan rumah atau keluarga. Untuk mengetahui situasi selengkapny dapat dilihat pada tabel berikut ini :

**Tabel1. Analisis Situasi**

SITUASI SEKARANG	SITUASI YANG SEHARUSNYA
1. Siswa SD belum pernah mendapatkan informasi tentang PHBS	1. Siswa SD mendapatkan pengetahuan/ informasi tentang PHBS
2. Siswa SD belum banyak tahu bagaimana cara menyikat gigi yang benar, cara mencuci tangan yang benar, dan jajanan apa saja yang boleh dibeli di kantin sekolah.	2. Siswa SD sudah tahu bagaimana cara menyikat gigi yang benar, cara mencuci tangan yang benar, dan jajanan apa saja yang boleh dibeli di kantin sekolah.
3. Siswa SD juga belum banyak yang tahu kapan waktu menyikat gigi yang tepat, dan kapan saja waktu mencuci tangan.	3. Siswa SD sudah tahu kapan waktu menyikat gigi yang tepat, dan kapan saja waktu mencuci tangan.



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

### 3. METODE

Metode kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah, Tanya jawab, dan demonstrasi cara mencuci tangan, menyikat gigi yang benar. Kegiatan pengabdian ini dimaksudkan untuk membantu para siswa untuk lebih memahami tentang berbagai perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan pengabdian ini meliputi beberapa tahap pelaksanaan, yaitu :

#### a. Tahap Persiapan

Tahap ini seluruh siswa mengisi daftar hadir.

#### b. Pembukaan kegiatan Pengabdian Masyarakat

Pembukaan kegiatan, dilanjutkan dengan pre test/tes awal bagi siswa untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum diberikan penyuluhan.

#### c. Penyampaian materi oleh Narasumber serta Demonstrasi

Penyampaian materi dilakukan dengan metode ceramah, Tanya jawab, serta demonstrasi.

#### d. Kegiatan Akhir

Kegiatan diakhiri dengan pemberian tes akhir yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana peningkatan pemahaman siswa setelah diberikan penyuluhan.

### 4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan dalam kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 11 Agustus 2018 di SD Negeri 2 Panjerejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Provinsi Lampung. Pelaksanaan kegiatan ini ditujukan untuk siswa/i kelas 2 beserta guru dan staf yang belum tahu cara melakukan mencuci tangan dan menggosok gigi dengan benar. Media dan alat yang disediakan berupa leaflet dan pantom gigi. Metode yang digunakan adalah ceramah, tanya jawab, simulasi dan evaluasi dengan mempraktikkan cara

mencuci tangan dan menggosok gigi yang benar

Dari hasil evaluasi yang telah diberikan kepada siswa menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman sebelum dan sesudah pemberian materi penyuluhan. Pada awal sebelum pemberian materi sebagian siswa ada yang tahu tentang PHBS, namun banyak juga siswa yang belum tahu tentang apa itu PHBS. Rata-rata nilai pre-test sebelum pemberian materi adalah 43, sedangkan setelah pemberian materi nilai rata-rata meningkat menjadi 61. Dari nilai tersebut terdapat peningkatan nilai sebesar 18,33. Untuk persentase peningkatan pengetahuan tentang PHBS menunjukkan peningkatan sebesar 52,89%. Secara keseluruhan penyuluhan yang diberikan menunjukkan hasil yang memuaskan dan bermanfaat serta berdampak positif bagi siswa. Untuk mengetahui hasil dari pre dan post-test yang dilakukan, dapat dilihat dari tabel berikut ini :

**Tabel 2. Hasil Evaluasi Kegiatan Penyuluhan PHBS**

NO	SISWA	PRE-TEST	POST-TEST	Σ PENINGKATAN	% PENINGKATAN
1	A	50	65	15	30,00
2	B	60	80	20	33,33
3	C	60	75	15	25,00
4	D	25	45	20	80,00
5	E	30	50	20	66,67
6	F	25	60	35	140,00
7	G	25	50	25	100,00
8	H	25	45	20	80,00
9	I	30	50	20	66,67
10	J	60	65	5	8,33
11	K	60	75	15	25,00
12	L	40	60	20	50,00
13	M	60	80	20	33,33
14	N	50	65	15	30,00
15	O	40	50	10	25,00
RATA-RATA		43	61,00	18,33	52,89%



Gambar 2. Foto Kegiatan PKM



Gambar 3. Foto Kegiatan PKM



Gambar 4. Tempat Cuci Tangan

## 5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil evaluasi yang telah dijelaskan di atas mengenai kegiatan penyuluhan tentang PHBS, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

- Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilakukan sesuai dengan waktu yang direncanakan.
- Kegiatan ini adalah berupa penyuluhan tentang PHBS dan demonstrasi bagaimana cara menyikat gigi yang benar dan cara mencuci tangan yang benar.
- Ada peningkatan pengetahuan dari siswa sebelum dan sesudah diberikannya penyuluhan, dengan rata-rata besarnya persentase peningkatan adalah 52,89 %.

Saran yang bisa diberikan untuk kegiatan ini adalah :

- Mengingat masih banyaknya siswa yang belum terpapar tentang PHBS, maka hendaknya sasaran dalam kegiatan ini lebih diperluas lagi tidak hanya kelas II SD saja.
- Perilaku PHBS pada siswa seringkali tidak terpantau dengan baik oleh karena itu perlu adanya kerjasama yang baik antara guru dan orang tua siswa dalam mengevaluasi penerapan PHBS oleh siswa.
- Kegiatan ini mempunyai manfaat yang positif bagi siswa, sehingga di kemudian hari bisa dijadwalkan kegiatan yang serupa dengan materi yang lebih beragam tidak hanya terpaku tiga materi tentang PHBS saja.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Ardani, I. G. (2018). *buku Kesehatan Anak Untuk Orang Tua : Gigi Sehat, Anak Cerdas (I)*. Deepublish Publisher.
- Bur, N., & Septiyanti, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://doi.org/10.37541/celebesabdimas.v2i1.301>
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>
- Riskesdas, K. (2018). Hasil Utama Riset Kesehata Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, 44(8), 1-200. <https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>
- Hendrawati, S., Rosidin, U., & Astiani, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Siswa/siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN). *Jurnal Perawat Indonesia*, 4(1), 295-307. <http://www.jurnal.ppnijateng.org/index.php/jpi/article/view/454>
- Aswadi, A., Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati, S. (2017). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa-siswi SDK Rita pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-sihah: The Public Health Science Journal*, 9(2). <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Sihah/article/view/3775>
- Lina, H. P. (2016). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 4(1), 92-103. <https://www.e-journal.unair.ac.id/PROMKES/article/view/5809>
- Gomo, M. J., Umboh, J. M., & Pandelaki, A. J. (2013). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Sekolah Pada Siswa Kelas Akselerasi Di SMPN 8 Manado. *eBiomedik*, 1(1). <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/ebiomedik/article/view/4590>
- Wijayanti, R. A., Nuraini, N., & Deharja, A. (2016). Efektifitas Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa Di Smp Islam Mahfilud Duror Jelbuk. *Jurnal Ilmiah Inovasi*, 16(3). <https://publikasi.polije.ac.id/index.php/jii/article/view/312>
- Wardhani, S., Mahdalena, V., & Handayani, L. (2020). Sosialisasi PHBS dengan Media Komunikasi pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Mathla'ul Anwar Cilajim Desa Cipendeuy Kabupaten Lebak, Banten. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 5(1), 157-166. <http://www.ppm.ejournal.id/index.php/pengabdian/article/view/275>