

**Promosi Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat
Pada Siswa Sekolah Menengah atas**

Sukmawati¹⁾, Nurarifah²⁾ Dg Mangemba³⁾, Dian Kurniasari Yuwono⁴⁾, Nitro Galenso⁵⁾

¹²²⁴⁵Prodi DIII Keperawatan Luwuk, Poltekkes Kemenkes Palu

sukmawatiintandm@gmail.com

ABSTRAK

Penerapan program PHBS pada anak SMA berkaitan dengan pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki oleh siswa SMA. Promosi kesehatan PHBS di sekolah bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sehingga diharapkan menjadi upaya pencegahan penyakit dan peningkatan derajat kesehatan siswa. Kegiatan PKM ini dilakukan pada bulan Juni 2024 dengan cara promosi kesehatan dengan menggunakan media leaflet dan power point yang berisi materi tentang PHBS di Sekolah. Sarasan dalam kegiatan PKM ini yaitu siswa SMAN 2 Luwuk dan SMAS GKLB Luwuk berjumlah 86 siswa. Kegiatan PKM dilakukan di SMAN 2 Luwuk dan SMA GKLB Luwuk yang diikuti oleh 86 siswa. Kegiatan PKM berupa promosi kesehatan tentang PHBS di sekolah yang menasar siswa sebagai sasaran primer sehingga berdaya (mau dan mampu) mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, materi diberikan karena untuk mempraktikkan PHBS, siswa harus tahu terlebih dulu. Media Promosi yang digunakan adalah leaflet dan PPT. Hasil evaluasi diperoleh ada peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan materi PHBS di sekolah

Kata kunci : PHBS , Siswa Sekolah, Promosi Kesehatan

ABSTRACT

The application of the PHBS program to high school students is related to the knowledge and understanding possessed by high school students. PHBS health promotion in schools aims to increase knowledge and understanding of clean and healthy living behavior among students so that it is hoped that this will be an effort to prevent disease and improve students' health status. This PKM activity was carried out in June 2024 by promoting health using leaflets and power points containing material about PHBS in schools. The target group for this PKM activity was 86 students from SMAN 2 Luwuk and SMAS GKLB Luwuk. PKM activities were carried out at SMAN 2 Luwuk and SMA GKLB Luwuk and were attended by 86 students. PKM activities take the form of health promotion regarding PHBS in schools which targets students as the primary target so that they are empowered (willing and able) to practice clean and healthy living behavior at school. Material is provided because to practice PHBS, students must know first. The promotional media used are leaflets and PPT. The evaluation results showed that there was an increase in knowledge before and after being given PHBS material at school.

Key word : PHBS, Student, Health Promotion

I. PENDAHULUAN

PHBS merupakan bagian dari Kegiatan Promosi Kesehatan yang dilakukan untuk memberdayakan masyarakat sebagai sasaran primer dari kegiatan promosi kesehatan yang memiliki

tujuan akhir yaitu mengubah perilaku masyarakat dari perilaku tidak sehat menjadi perilaku sehat. Dengan promosi kesehatan diharapkan masyarakat mau dan mampu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatannya secara mandiri. Penyuluhan kesehatan yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan kesehatan



kepada masyarakat (Induniasih and Ratna W,2023).

Di sekolah siswa sebagai sasaran primer harus dapat mempraktikkan perilaku ber-PHBS yang mencakup, antara lain, mencuci tangan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan dan minuman sehat, menggunakan jamban sehat, membuang sampah pada tempat sampah, tidak merokok, tidak memakai narkoba, alkohol, psikotropika dan zat adiktif lainnya (NAPZA), memberantas jentik nyamuk dan lain-lain (Kemenkes RI, 2011).

Penerapan program PHBS pada anak SMA berkaitan dengan pengetahuan dan pemahaman yang dimiliki oleh siswa SMA. Terjadi peningkatan pengetahuan pada siswa setelah dilakukan penyuluhan PHBS (Zul Adhayani R, et all, 2021). Ditemui juga sekolah yang Pengetahuan tentang PHBS sudah baik namun perlu peningkatan (Fitri Amja Yani, et all, 2022). Pengetahuan yang sebelum penyuluhan pada siswa SMA adalah 88,4% menjadi 100% setelah penyuluhan (Manampiring F Marker, et all ,2022).

Promosi kesehatan PHBS di sekolah bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sehingga diharapkan menjadi upaya pencegahan

penyakit dan peningkatan derajat kesehatan siswa.

II. IDENTIFIKASI MASALAH

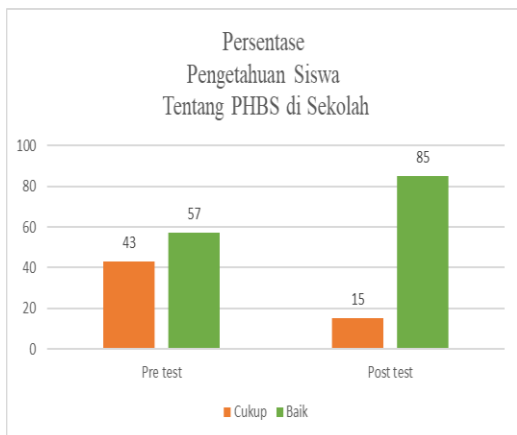
Pengetahuan dan pemahaman siswa atau anak usia sekolah tentang perilaku hidup dan bersih masih kurang sehingga berpotensi memiliki risiko terserang penyakit. Pemberian promosi kesehatan berupa penyuluhan/pendidikan kesehatan tentang PHBS akan mampu menjadikan siswa mau dan mampu memelihara dan meningkatkan kesehatannya secara mandiri. Kebiasaan Perilaku hidup yang bersih dan sehat siswa berpengaruh penting bagi peningkatan derajat kesehatan masyarakat secara keseluruhan..

III. METODELOGI PELAKSANAAN

Kegiatan PKM ini dilakukan pada bulan Juni 2024 dengan cara promosi kesehatan menggunakan media leaflet dan power point yang berisi materi tentang PHBS di Sekolah. Sebelum dilakukan edukasi, siswa diberikan *pre test* dan setelah edukasi juga diberikan *post test*. Sarasan dalam kegiatan PKM ini yaitu siswa SMAN 2 Luwuk dan SMAS GKLB Luwuk berjumlah 86 siswa.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan kepada 86 siswa yang terdiri dari 34 siswa SMAN 2 Luwuk dan 52 siswa SMA GKL B Luwuk pada tanggal 11 sampai 12 Juni 2024. Kegiatan PKM berupa promosi kesehatan tentang PHBS di sekolah yang bertujuan meningkatkan pengetahuan siswa tentang PHBS di sekolah sehingga siswa mau dan mampu untuk bersikap dan ber-PHBS. Kuesioner dibagikan sebelum dan setelah diberikan materi dan hasil analisis datanya dapat dilihat pada gambar 1



Setelah Promosi dilakukan post test. Hasil pengisian kuesioner ini menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan siswa. Hasil kegiatan PKM ini sejalan dengan beberapa penelitian dan pengabdian kepada masyarakat yang melaporkan ada peningkatan pengetahuan setelah dilakukan promosi kesehatan (Nur Dafi, Yohanes

Jakri, 2022)(Nurul et al., 2022)(Yeni Selfia, Nanik Hidayati, Neli Hajar, 2021).

Perilaku ber-PHBS yang pertama adalah CTPS. Cuci tangan adalah yang yang sangat mudah dilakukan, siswa telah mengetahui cuci tangan memakai sabun dan air bersih yang mengalir serta mengetahui kapan sebaiknya cuci tangan namun yang belum dipahami adalah urutan langkah CTPS. Penerapan 6 langkah CTPS diharapkan mengurangi berjangkitnya penyakit menular akibat tangan yang tidak bersih. Penyakit yang bisa ditularkan akibat tidak mencuci tangan dengan benar diantaranya adalah diare. Hal tersebut dikemukakan dalam penelitian yang menemukan keterkaitan antara pengetahuan CTPS dengan kejadian diare (Maulani and Anggaraini, 2024). Kegiatan Promosi Kesehatan meningkatkan penerapan perilaku CTPS (Ayatullah, 2023).

Siswa menyatakan telah mengetahui dan menggunakan jamban yang memenuhi syarat kesehatan di sekolah. Hal demikian sejalan dengan PKM lain yang melaporkan masyarakat sekolah telah mengetahui tentang penggunaan jamban sehat (Cabu and Fika, 2021). Jamban yang sehat menjadikan lingkungan bersih, sehat dan terhindar dari bau.

Perilaku ber-PHBS berupa membuang sampah pada tempatnya telah dipahami,



dapat terlihat dari kondisi ruang kelas dan aula tempat PKM yang tidak terdapat sampah. Tetapi belum cukup tersedia tempat sampah untuk sampah yang dipilah menurut jenis sampah.

Indikator olahraga teratur dan terukur, siswa telah mengetahui tentang pentingnya olahraga. Olahraga yang cukup berperan dalam kesehatan remaja (Ramon et al., 2023).

Dalam hal perilaku mengonsumsi jajanan sehat, siswa terbatas pengetahuannya tentang jajanan yang sehat. Siswa masih banyak jajan yang tidak sehat. Berdasarkan hasil diskusi pada saat PKM terdapat siswa salah satu sekolah yang sedang dalam perawatan di rumah sakit akibat gagal ginjal. Keterangan rekan-rekannya karena siswa tersebut terlalu sering membeli jajanan minuman yang tidak memenuhi syarat kesehatan. Pengetahuan tentang jajanan sehat juga berpengaruh kepada tingkat kejadian obesitas di sekolah. Sekolah diharapkan menghidupkan usaha kesehatan sekolah yang dinamakan kantin sehat, demi mendukung perilaku siswa dalam mengonsumsi jajanan sehat (Lidiawati and Lumongga, 2020). Sekolah perlu mengedukasi siswanya tentang gizi seimbang (Ramon et al., 2023)

Pada saat ditanyakan tentang pemberantasan jentik nyamuk, siswa peserta PKM belum

terpapar promosi kesehatan tentang PSN di sekolah, sedangkan promosi kesehatan efektif dalam meningkatkan perilaku masyarakat memberantas sarang nyamuk (Riyadi, 2021). Pengetahuan berhubungan dengan perilaku PSN pada siswa (Wijaya, Bestari and Dewi, 2021). Diharapkan di sekolah terbentuk siswa Jumantik (Juru Pemantau Jentik) di sekolah bekerjasama dengan fasilitas kesehatan terdekat. Jumantik bertugas memantau jentik di lingkungan sekolah sehingga dapat dievaluasi secara berkala oleh faskes tersebut.

Indikator tidak mengonsumsi NAPZA, pada PKM ini hampir semua siswa menyatakan mengetahui jenis narkoba dan psikotropika tapi kurang paham tentang apa yang dimaksud zat adiktif. Diperlukan kegiatan tersendiri tentang sosialisasi bahaya penyalahgunaan Narkoba.

Untuk indikator merokok, di sekolah tidak ditemukan siswa yang merokok karena sekolah telah menerapkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 64 Tahun 2015 tentang penetapan Kawasan tanpa rokok (KTR) di sekolah. Namun dari proses diskusi terdapat beberapa siswa laki-laki yang merokok tetapi di luar lingkungan sekolah. Pengaruh teman dan ketidakpahaman tentang bahaya

ketergantungan rokok menjadi alasan siswa masih merokok.



Gambar 2 Promosi Kesehatan siswa SMA

V. KESIMPULAN

Kegiatan PKM dilakukan di SMAN 2 Luwuk dan SMA GKLW Luwuk yang diikuti oleh 86 siswa. Kegiatan PKM berupa promosi kesehatan tentang PHBS di sekolah yang menasar siswa sebagai sasaran primer sehingga berdaya (mau dan mampu) mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah, materi diberikan karena untuk mempraktikkan PHBS, siswa harus tahu terlebih dulu. Media Promosi yang digunakan adalah leaflet dan PPT. Hasil evaluasi diperoleh ada peningkatan pengetahuan

sebelum dan setelah diberikan materi PHBS di sekolah

VI. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih Kepada Poltekkes Kemenkes Palu yang sudah mendanai kegiatan dan Sekolah Mitra yang telah bekerja sama untuk kelancaran kegiatan PKM.

VII. DAFTAR PUSTAKA

- Ayatullah (2023) 'Efektivitas Promosi Kesehatan Cuci Tangan Oleh Peer Group Terhadap Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Pesantren Imam Syafi 'iy Kota Bima', Baarongko Jurnal Ilmu Kesehatan, 1 No 3, pp. 91–106
- Cabu, R. and Fika, E.C. (2021) 'Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Meningkatkan Pengetahuan Siswa SM Merah Putih di Dokulamo Kecamatan Galela Barat', Hirono: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1(2), pp. 64–70.
- Fitri Amja Yani, et all, (2022). ' Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SMA Negeri 1 Pancur Batu', Jurnal of Cahaya Mandalika.
- Induniasih and Ratna W (2023) 'Promosi Kesehatan Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan', Yogyakarta; Pustaka Baru Press
- Kemkes RI (2011) Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat PHBS
- Lidiawati, M. and Lumongga, N. (2020) 'Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Makan pada Remaja Obesitas di SMA Kota Banda Aceh', Jurnal Aceh Medika, 9623, pp. 52–62.

- .Manampiring F Marker, et all (2022), ‘
Gambaran Penyuluhan Kesehatan
Terhadap Pengetahuan pada Peserta
Didik tentang PHBS di SMA Negeri 1
Sinonsayang Minahasa Selatan’, Jurnal
Kesmas.
- Maulani, R.G. and Anggaraini, M. (2024)
‘Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih
Sehat (PHBS) Terhadap Kejadian
Diare pada Remaja’, Pro Health Jurnal
Ilmiah, 6(1), pp. 35–40.
- Nur Dafiq, Yohanes Jakri, Y.M.S. (2022)
‘Peningkatan Pengetahuan Perilaku
Hidup Bersih dan Sehat (PHBS pada
Siswa 1 Wae Ri’i Kabupaten
Manggarai’, Jurnal Kreatifitas
Pengabdian Kepada Masyarakat, 5, pp.
3567–3572.
- Nurul, P. et al. (2022) ‘Sosialisasi Perilaku Hidup
Bersih dan Sehat pada Tingkat Remaja
di Pondok’, Jurnal Pengabdian
Magister Pendidikan IPA, pp. 3–6.
- Ramon, A. et al. (2023) ‘Edukasi Pola Hidup
Bersih Dan Sehat Pada Remaja Desa
Jabi Kecamatan Napal Putih’,
1(November), pp. 54–62.
- Riyadi, S. (2021) ‘*The Effectiveness of Health
Promotion in Improving Community
Behavior to Eradicate Mosquito
Breeding in Yogyakarta*’, pp. 83–92.
- Yeni Selfia, Nanik Hidayati, Neli Hajar, & E.M.
(2021) ‘Penyuluhan Perilaku Hidup
Bersih dan Sehat (PHBS) di
Lingkungan Pondok Modern Selamat
Kendal’, Jurnal Pengabdian Masyarakat
Khatulistiwa, 4, pp. 75–79.
- Wijaya, Y.N., Bestari, R.S. and Dewi, L.M.
(2021) ‘Hubungan Tingkat
Pengetahuan dan Persepsi dengan
Perilaku Pemberantasan Sarang
Nyamuk Demam Berdarah Dengue (
PSN DBD) pada Siswa SMA 2 Bae
Kudus’, Jurnal Urecol, (2), pp. 136–
142.
- Zul Adhayani R, et all,(2021), ‘Peningkatan
Pengetahuan tentang PHBS Siswa
SMP Negeri 1 Dulupi Melalui

Penyuluhan Kesehatan Kabupaten
Bualemo’Jurnal Pengabmas Global
Abdimas