

**PENGARUH EDUKASI TERHADAP PENGETAHUAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SISWA KELAS V SDN CINDAI ALUS 1 KABUPATEN BANJAR**

Oleh : Rusdiyana<sup>1</sup>  
Dosen FKIP Universitas Achmad Yani Banjarmasin

**ABSTRAK**

Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) di tingkat siswa sekolah dasar sangat penting, mengingat usia mereka masih dalam masa perkembangan. Yang mana diharapkan dengan adanya edukasi tentang PHBS membawa perubahan bagi siswa yaitu meningkatnya pengetahuan siswa tentang PHBS. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar. Desain penelitian *quasi eksperimen* dengan rancangan *pre-test and post-test group design* dengan teknik pengambilan sampel secara *total sampling* yaitu siswa kelas V SDN Cindai Alus 1. Instrumen untuk mengukur pengetahuan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) menggunakan soal tes. Tes dilaksanakan dua kali yaitu tes awal (*pretest*) yang dilakukan sebelum siswa diberi perlakuan, dan tes akhir (*posttest*) yang dilakukan setelah perlakuan. Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif dan uji t menggunakan bantuan *SPSS-16 for windows*. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum edukasi termasuk kategori sedang dengan rata-rata 7.0188, sesudah edukasi termasuk kategori baik dengan rata-rata 9.4844 dan ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar yaitu nilai probabilitas 0,000 ( $\text{sig} < 0,05$ ).

Kata Kunci : *Pengaruh, Edukasi, Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih, Sehat*

**PENDAHULUAN**

Dunia pendidikan di Indonesia sedang giat-giatnya meningkatkan kualitas pendidikan baik melalui pengembangan kurikulum maupun dari segi kesehatan dan kualitas hidup para siswa di Indonesia. Istilah yang biasa kita dengar dengan sebutan Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah (PHBS) di sekolah adalah salah satu program Kementerian Kesehatan RI guna meningkatkan kualitas Sumber Daya Manusia Indonesia.

Catatan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 pada sampel penduduk kelompok 10 tahun atau lebih dengan jumlah responden 835.258 orang, hasil statistik mengungkapkan bahwa proporsi rerata perilaku kurang sayur atau buah 93,5%, perilaku konsumsi bumbu penyedap 77,3 %, diikuti 53,1% suka makanan dan minuman dengan pemanis buatan, dan senang makanan berlemak 40,7 %. Hal ini menunjukkan masih buruknya PHBS pada anak tingkat Sekolah Dasar.

Hasil penelitian Suci (2009) menunjukkan 36% siswa Sekolah Dasar di Jakarta menyukai makanan disertai saus merah, hal ini perlu mendapat perhatian serius karena keamanan dari zat pewarna yang mencolok pada saus merah masih diragukan, penelitian ini memberikan saran kepada pihak sekolah agar memberi penyuluhan kepada siswa tentang jajanan higienis dan sehat. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Solehati (2015) menemukan bahwa pelatihan Pola hidup Bersih dan Sehat (PHBS) baik berupa penyuluhan dan demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan dan skill guru, sehingga ada perbedaan bermakna pada rerata pengetahuan dan skill guru serta personal *hygiene* siswa Sekolah Dasar saat sebelum dan sesudah intervensi dengan mean 77,78 meningkat menjadi mean 89,54 ( $p=0,001$ ).

PHBS di tingkat siswa sekolah dasar sangat penting, mengingat usia mereka masih dalam masa perkembangan. Yang mana diharapkan dengan adanya edukasi tentang PHBS membawa perubahan bagi siswa yaitu meningkatnya pengetahuan siswa tentang PHBS. Menurut Sarwono (2014) pengetahuan adalah elemen-elemen kognitif, yaitu hal-hal yang diketahui oleh seseorang tentang dirinya, tentang tingkah lakunya, dan tentang keadaan sekitarnya. Dengan adanya pengetahuan akan memberikan perubahan tingkah laku siswa dan perubahan tingkah laku ini akan terus menjadi kebiasaan yang baik hingga mereka dewasa.

Banyak faktor yang mempengaruhi PHBS, salah satunya edukasi yang disampaikan oleh Institusi Pendidikan Dasar. PHBS sekolah menurut Dinas Kesehatan Indonesia adalah suatu upaya untuk memperdayakan siswa, guru, serta masyarakat di lingkungan sekolah agar menjadi tahu, mau, serta mampu mempraktekkan PHBS dan aktif mewujudkan Sekolah Sehat, sehingga dapat tercipta sekolah yang bersih dan sehat. Menurut Arifin (2017) terdapat beberapa indikator PHBS disekolah meliputi 1). Mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, 2). Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, 3). Menggunakan WC yang bersih dan sehat, 4). olahraga yang teratur dan terukur, 5). memberantas jentik nyamuk, 6). tidak merokok disekolah, 7). menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan, 8).membuang sampah pada tempatnya. Sekolah yang memenuhi syarat terpenuhinya PHBS dikatakan sekolah bersih dan sehat, akan melahirkan siswa-siswa yang sehat dan siap menerima pelajaran dalam kondisi prima sehingga dapat memberikan dampak positif yaitu meningkatkan kualitas pembelajaran di sekolah.

Anak sekolah merupakan kelompok terbesar dari kelompok usia yang menerapkan wajib belajar. Sedangkan sekolah merupakan institusi masyarakat yang terorganisasi dengan baik, dimana memiliki wadah SDM yang dapat merubah perilaku anak menjadi sehat (Solehati, 2015). Penerapan PHBS pada tingkat Sekolah Dasar dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah, penyuluhan oleh pihak sekolah atau penyuluhan oleh pihak dosen sebagai bentuk pengabdian kepada masyarakat (PKM).

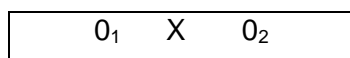
SDN Cindai Alus 1 sangat tepat dijadikan tempat sasaran kegiatan edukasi tentang PHBS. Sekolah ini terletak dipinggiran kota Martapura yaitu dijalan Taruna Praja RT 1 RW 1 Desa Cindai Alus Kecamatan Martapura Kabupaten Banjar. Hasil pengamatan atau observasi di SDN Cindai Alus 1 dan wawancara terhadap beberapa orang siswa di sekolah ini diperoleh jawaban 80% siswa menyukai jajanan dengan saus merah dan jajanan diperoleh dari penjaja makanan disekitar sekolah dan sekolah belum memiliki kantin sehat yang menyediakan makanan aman bagi kesehatan siswa. Hal ini menunjukkan bahwa PHBS belum sepenuhnya terlaksana di kalangan siswa SD.

Berdasarkan beberapa fakta ini maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar.

## **METODE PENELITIAN**

### **Rancangan Penelitian**

Desain penelitian *quasi eksperimen* dengan rancangan *pre-test and post-test group design* untuk mengetahui pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebelum diadakan edukasi dan setelah diberikan edukasi. Pola rancangan sebagai berikut :



Keterangan :  $O_1$ = Pre test, X = Treatment,  $O_2$  = Post test

Sumber : (Arikunto,2002)

### **Variabel Penelitian**

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yaitu Edukasi tentang PHBS. Variabel terikat adalah pengetahuan tentang PHBS .

### **Populasi dan Sampel Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SDN Cindai alus 1 Kabupaten Banjar yang berjumlah 32 orang. Sampel di ambil secara *total sampling* dengan pertimbangan bahwa siswa kelas V sudah biasa memahami

pertanyaan dalam angket dan lancar membaca dan menulis.

### Lokasi dan waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada siswa kelas V SDN Cindai Alus Kabupaten Banjar dijalan Taruna Praja RT 1 RW 1 Desa Cindai Alus Kecamatan Martapura Kabupaten Banjar. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2019.

### Instrument dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen untuk mengukur pengetahuan Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) menggunakan soal test. Kisi-kisi test pengetahuan PHBS dapat dilihat pada Tabel 1 berikut ini :

Variabel	Sub Variabel	Indikator
Pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)	Pengertian PHBS	a. Pengertian PHBS di Sekolah
	Pengetahuan terhadap mencuci tangan	b. Pengertian PHBS di Sekolah
		c. Manfaat mencuci tangan
	Pengetahuan terhadap kebersihan kuku	d. Cara mencuci tangan
		e. Kebiasaan memotong kuku
	Pengetahuan tentang jajanan sehat	f. Akibat malas memotong kuku
		g. Pengetahuan ciri-ciri makanan sehat
	Pengetahuan terhadap membuang sampah pada tempatnya	h. Pengetahuan ciri-ciri makanan tidak sehat
		i. Manfaat mengkonsumsi makanan sehat
	Pengetahuan terhadap olahraga	j. Cara membuang sampah
		k. Akibat membuang sampah sembarangan
	Pengetahuan tentang menggunakan jamban yang bersih.	l. Kebiasaan berolahraga teratur
		m. Manfaat olahraga
	Pengetahuan tentang merokok	n. Kebiasaan menyiram air sebelum dan sesudah menggunakan WC
o. Bahaya merokok pasif		
	p. Bahaya merokok aktif	

### Teknik Pengumpulan Data

Data dalam penelitian ini dikumpulkan melalui pemberian tes tertulis untuk mengetahui pengetahuan PHBS siswa. Tes dilaksanakan dua kali yaitu tes awal (*pretest*) yang dilakukan sebelum siswa diberi perlakuan, dan tes akhir (*posttest*) yang dilakukan setelah perlakuan.

### Teknik Analisis Data

Teknik analisis yang digunakan adalah analisis deskriptif dan uji t.

1. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan rata-rata pengetahuan PHBS siswa SD dengan menghitung nilai prosentase (%) dan mean (rata-rata). Kategori nilai berdasarkan Arikunto (2005) yakni Baik (76-100%), Sedang (56-75%), Kurang (40-55%) dan Buruk (<40%).
2. Data hasil pretes dan posttes dianalisis menggunakan teknik uji t taraf signifikansinya  $\leq 0,05$  menggunakan bantuan SPSS-16 *for windows* untuk

melihat perbedaan pengetahuan PHBS antara sebelum dan sesudah diadakan edukasi tentang PHBS di sekolah.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **A. Pengetahuan Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten banjar**

Penelitian ini mengambil sampel siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 sebanyak 32 orang siswa, lebih jelas dapat dilihat sebagai berikut:

**Tabel 2. Nilai pretest dan posttest siswa kelas V SDN Cindai Alus 1**

<b>NO</b>	<b>Nama</b>	<b>Nilai Pretest</b>	<b>Nilai Postest</b>
1	Nur Syifa Azzahra	6	10
2	Risya Putri	8	9.5
3	Lailatun Najmiah	8	10
4	Kenzie	6	9
5	Nurhalimah	7	9.5
6	Yehez	6.5	9.5
7	Nur Yasin	6	8
8	Hasna	6.5	9.5
9	Ahmad Fardiansyah	6	9.5
10	M. Adly	6	10
11	Reina	6	9.5
12	Syita	6	10
13	Nafasya	6	9.5
14	Rayhan	6	9
15	Maslel	6	9.5
16	Septiansyah A	8	9.5
17	Abby Irsad	7.5	9.5
18	Nabila	7	9.5
19	Syifa	7.5	10
20	Qomaruddin	8.5	10
21	M. Hendra	8	9.5
22	Salsa bella	9	10
23	Fadil Ramadhan	8	9.5

**Tabel 2. Lanjutan**

<b>NO</b>	<b>Nama</b>	<b>Nilai Pretest</b>	<b>Nilai Postest</b>
24	Tyo Medica	8	9.5
25	M. Rif'ah	7	9
26	Naura	8	9.5
27	Nadia	8.5	9
28	Rizqian	6.5	8.5
29	Habibi	7	10

30	Rofa rehan	7	10
31	Raysa	6.6	9.5
32	Farhan	6.5	9
Jumlah		224.6	303.5

Tabel 3. Rata-rata nilai pengetahuan antara sebelum dan sesudah diadakan edukasi

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
PRETES	7.0188	32	.93582	.16543
POSTES	9.4844	32	.46636	.08244

Berdasarkan tabel 3 mengenai tingkat pengetahuan siswa tentang PHBS sebelum edukasi menunjukkan kategori sedang dengan rata-rata 7.0188 dan sesudah edukasi menunjukkan kategori baik dengan rata-rata 9.4844. Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah perilaku yang mempraktikkan Kebiasaan menjaga kebersihan diri dan menjaga lingkungan sehat di sekolah. Mengingat banyaknya waktu siswa SD berada di sekolah yaitu sekitar 6-8 jam dalam sehari, maka sangatlah penting siswa untuk memiliki pengetahuan tentang PHBS.

Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Sulastri, 2014). Terwujudnya PHBS di sekolah meupakan peran aktif 3 komponen ini yaitu peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah. Guru harus mampu menjadi teladan bagi peserta didik tentang bagaimana penerapan PHBS di sekolah, contoh sederhana adalah membuang sampah pada tempatnya, menggunakan pakaian bersih, menjaga kebersihan tangan dan kuku, mengkonsumsi makanan sehat, tidak merokok di lingkungan sekolah, dan lain lain.

Anak sekolah merupakan asset atau modal utama pembangunan dimasa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Sekolah selain berfungsi sebagai tempat pembelajaran juga dapat menjadi ancaman penularan penyakit jika tidak dikelola dengan baik. PHBS di tingkat sekolah dasar sangat penting dengan harapan terjadinya perubahan pengetahuan setelah

diadakan edukasi. Perubahan pengetahuan ini akan berdampak terjadinya perubahan tingkah laku PHBS yang baik di sekolah.

Menurut Sarwono (2014) pengetahuan adalah elemen-elemen kognitif, yaitu berkaitan dengan dirinya sendiri, tingkah laku, dan keadaan sekitarnya. Dengan adanya pengetahuan yang diperoleh siswa SD setelah dilakukan kegiatan edukasi tentang PHBS maka akan berdampak pada perubahan tingkah laku sesuai pengetahuan yang dimilikinya. Perubahan tingkah laku kearah positif dalam hal PHBS ini akan terus menerus menjadi kebiasaan sejak dibangku Sekolah Dasar hingga mereka dewasa.

#### **B. Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten banjar.**

Untuk melihat efektifitas edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar maka data yang digunakan adalah hasil perhitungan pretest sebelum dilakukan edukasi dan nilai posttest sesudah edukasi. Hasil ini dianalisis dengan teknik uji t pada taraf signifikan 5%.

Tabel 4. Hasil uji t melihat perbedaan pengetahuan antara sebelum dan sesudah diadakan edukasi

Perlakuan		Sig	Keterangan
Sebelum edukasi	Sesudah edukasi	0.000	Signifikan

Pada tabel 4 menunjukkan perbedaan signifikan antara pengetahuan pengetahuan PHBS antara sebelum dan sesudah diadakan edukasi tentang PHBS di sekolah, yaitu hasilnya menunjukkan  $p = 0,000 < 0,05$ . Artinya terdapat perbedaan pengetahuan antara sebelum dan sesudah diadakan edukasi tentang PHBS di sekolah. Jadi edukasi sangat efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa, sehingga sangat penting adanya pembinaan yang bersifat terus menerus. Pembinaan PHBS kepada siswa SD dapat melalui penyuluhan oleh pihak sekolah maupun petugas kesehatan dengan cara menggunakan media poster, pemutaran video tentang pentingnya PHBS atau powerpoint tentang PHBS.

Pengetahuan siswa tentang PHBS dalam penelitian ini mengalami peningkatan akibat edukasi yaitu dari rata-rata 7.0188 menjadi 9.4844. Dan hasil perhitungan efektifitas edukasi atau perlakuan dengan metode ceramah dan diskusi meperolah nilai probabilitas 0,000 (sig  $< 0,05$ ), artinya  $H_0$  diterima atau ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan PHBS di sekolah. PHBS pada

penelitian ini mencakup pengertian PHBS, pengetahuan terhadap mencuci tangan yang benar, pengetahuan tentang kebersihan kuku, pengetahuan tentang jajanan sehat, pengetahuan terhadap membuang sampah pada tempatnya, pengetahuan terhadap olahraga, pengetahuan tentang menggunakan jamban bersih, dan tentang bahaya rokok.

Berdasarkan tabel 4 mengenai pengaruh edukasi terhadap pengetahuan PHBS siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 kabupaten Banjar menunjukkan ada pengaruh edukasi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar dengan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ , hasil ini sejalan dengan penelitian Sulastri, dkk (2014) menunjukkan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku anak sekolah dasar wilayah Puskesmas Selemadeg timur II yang mana menggunakan uji Statistik Chi Square menunjukkan nilai probabilitas 0,000 ( $\text{sig} < 0,05$ ) atau  $H_0$  diterima.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang “Pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar”, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat sebelum edukasi termasuk kategori sedang dengan rata-rata 7.0188.
2. Pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat sesudah edukasi termasuk kategori baik dengan rata-rata 9.4844.
3. Ada pengaruh edukasi terhadap pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar yaitu nilai probabilitas 0,000 ( $\text{sig} < 0,05$ ).

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti menyampaikan saran sebagai berikut:

1. Untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang perilaku hidup bersih dan sehat maka perlu di lakukan edukasi secara terus menerus oleh pihak petugas kesehatan maupun guru sebagai pendidik di sekolah.
2. Perilaku hidup bersih dan sehat harus diterapkan oleh pihak pendidik di sekolah, seperti tidak merokok di lingkungan sekolah, sehingga guru dapat memberikan keteladanan tentang PHBS di sekolah.



## **DAFTAR PUSTAKA**

- Arifin, Azam, 2017, *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah* (on line).  
<https://www.panduanmengajar.com/2017/04/indikator-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-di-sekolah.html>, (1 Februari 2018)
- Arikunto, Suharsini. (2005). *Prosedur Penelitian. Suatu Pendekatan Praktek*. Ed.Revisi V. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Balitbang Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar; Riskesdas*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI
- Majalah Interaksi Informasi dan Refrensi Promosi Kesehatan Edisi 1/2008, *Promosi Kesehatan Sekolah Lahirkan Individu Sehat* (hal 8-9), Jakarta : Depkes RI
- Sarwono, S.W. 2014. *Teori-teori Psikologi sosial*. Jakarta : CV Rajawali.
- Solehati, Tetti dkk, 2015, *Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Dan Skill Guru Serta Personal Hygiene Siswa SD*, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11 (1 ): 135-143.
- Suci, E.S. 2009, *Gambaran Perilaku Jajan Murid Sekolah Dasar di Jakarta*. *Jurnal Psikobuana*, 1 (1 ): 29-38.
- Sulastri, Ketut dkk, 2014, *Hubungan tingkat pengetahuan dengan perilaku anak sekolah tentang hidup bersih dan sehat di Sekolah dasar Negeri wilayah puskesmas selemadeg Timur II*, *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, Vol. 4 No.1 : 99-106.
- Wahyuni, Sri, 2007. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Pustaka Phoenix