Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)Dalam Upaya Pencegahan Infeksi Mikroorganisme Di SDN 1 Ploso Kabupaten Kediri

Binti Mu'arofah*, Erawati, Siska Kusuma Wardani
D3 Teknologi Laboratorium Medis, Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata
binti.muarofah@iik.ac.id

ABSTRAK

SDN 1 ploso merupakan salah satu SD di desa Ploso Kecamatan mojo Kabupaten kediri, siswa siswi menurut surve banyaknya siswa yang masih kurang memahami Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya untuk menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga dan masyarakat, perilaku agar dapat menerapkan hidup bersih dan sehat dalam rangka meningkatkan kwalitas Kesehatan harus diterapkan sejak dini saat masih duduk dibangku sekolah khususnya sekolah dasar. Penerapan PHBS lingkungan sekolah merupakan tanggung jawab Bersama diantaranya kepala sekolah beserta jajaran sektor terkait untuk memfasilitasi kegiatan PHBS di sekolah agar dapat dijalankan secara efektif. Kebiasaan hidup bersih dan sehat merupakan masalah penting dalam mencegah timbulnya infeksi Mikroorganisme dan masalah Kesehatan pada anak. Permasalahan Kesehatan pada anak usia Sekolah Dasar masih banyak ditemukan, karena rentannya anak terhadap berbagai penyakit, terutama yang berhubungan dengan penceranaan seperti diare, kecacingan dan gangguan pencertaan lainnya. Permasalahan ini muncul disebabkan karena kurangnya informasi dan pengetahuan terkait PHBS pada anak. Anak usia sekolah dasar sering mengabaikan masalah Kesehatan yang mereka alami, sehingga dibutuhkan upaya agar anak sekolah memiliki pengetahuan, sikap dan Tindakan PHBS yang baik untuk mencegah terjadinya beberapa masalah Kesehatan. Penyuluhan di SDN 1 Ploso sebagai bentuk dari Pendidikan Kesehatan bagi anak usia Sekolah Dasar bertujuan menerapkan kebiasaan hidup bersih, sehat agar terbebas dari infeksi Mikroorganisme dan dapat bertanggung jawab terhadap Kesehatan diri sendiri juga lingkungannya. Serta memberikan pengetahuan tentang prinsip dasar hidup sehat, dalam sikap dan perilaku. Beberapa indikator PHBS dapat dilakukan disekolah ataupun dirumah yaitu cuci tangan dengan air bersih dan sabun, jajan di kantin sekolah atau ditempat yang sudah terjamin hyigine dan pengolahannya, BAB, BAK di toilet, buang sampah pada tempatnya, berolahraga, mengukur tinggi badan dan berat badan, memeriksa jentik nyamuk dan tidak merokok. Kegiatan ini menambah pengetahuan tentang PHBS pada kelas III setelah di berikan penyuluhan tampak hasil pos tes rata-rata meningkat mencapai 60 % sampai 100 % dan pada kelas IV peningkatan mencapai 90% sampai 100% hal ini menunjukan para siswa siswi semakin memahami tetang prilaku hidup bersih dan sehat. Saran yang bisa diberikan tetap selalu memotivasi siswa siswi untuk dapat menerapkan perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kehidupan sehari-harinya serta untuk kegiatan penyuluhan PHBS ini dilakukan secara continue agar siswa siswi terbiasa hidup bersih dan sehat.

Kata Kunci : Penyuluhan, PHBS, Ploso

1. PENDAHULUAN

SDN 1 ploso merupakan salah satu SD di desa Ploso Kecamatan mojo Kabupaten kediri, siswa siswi menurut surve banyaknya siswa yang masih kurang memahami Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) misal cara mencuci tangan, menggosok gigi dengan baik dan benar, serta memotong kuku satu mingu sekali agar terbebas dari infeksi mikroorganisme.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan upaya dalam menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga dan masyarakat, perilaku agar dapat menerapkan hidup sehat dalam rangka menjaga, memelihara dan menigkatkan kwalitas Kesehatan (Wati, 2020). Penerapan PHBS di masyarakat merupakan tanggung jawab bersama, yang juga menjadi

tanggung jawab pemerintah, kepala sekolah beserta jajaran, untuk mmfasilitasi kegiatan PHBS di masyarakat agar dapat dijalankan secara efektif. Pembelajaran PHBS disekolah dapat berupa aktifitas sehat seperti mencuci tangan dengan sabun, mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, menggunakan toilet yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap bulan dan membuang sampah pada tempatnya (Sugiritama, 2021).

PHBS berarti mampu menjaga dan meningkatkan serta melindungi kesehatan diri dari infeksi mikroorganisme (bakteri, jamur dan virus) penyebab penyakit serta lingkungan yang kurang kondusif untuk hidup sehat. Penerapan PHBS di masyarakat adalah tanggung jawab setiap orang. Pada usia 6-12 tahun, PHBS dilakukan tidak hanya di lingkungan rumah tapi juga di lingkungan sekolah. Pada usia dini ini baik untuk mendidik dan menanamkan kesadaran tentang pentingnya kebersihan diri untuk upaya menjaga kesehatan diri dan lingkungan. Penerapan PHBS di sekolah misalnya Kerja bakti dan lomba kebersihan kelas, Aktivitas kader kesehatan sekolah atau dokter cilik, Pemeriksaan kualitas air secara sederhana, Pemeliharaan toilet sekolah, Pemeriksaan jentik nyamuk di sekolah, demo gerakan cuci tangan dan gosok gigi yang baik dan benar, Membudayakan olahraga yang teratur dan terukur, Pemeriksaan rutin kebersihan : kuku, rambut, telinga, gigi. Kegiatan penyuluhan dan latihan keterampilan dengan melibatkan peran aktif siswa, guru, orang tua, antara lain melalui penyuluhan kelompok, pemutaran video PHBS, penempatan media poster, penyebaran leaflet dan membuat majalah dinding,

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (2013) perkembangan penyakit infeksi yang disebabkan oleh mikroorganisme di Indonesia dapat dilihat dari beberapa data penyakit infeksi seperti Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) memiliki angka prevalensi sebesar 25 %, pneumonia memiliki insiden 1,8 % dan prevalensi sebesar 4,5 %, hepatitis memiliki angka prevalensi dua kali lebih tinggi pada tahun 2013 dibandingkan tahun 2007 yakni sebesar 1,2 %, sedangkan untuk diare memiliki insiden dan prevalensi pada semua umur di Indonesia adalah 3,5 % dan 7,0 %.

Strategi untuk mengurangi beban masyarakat terhadap pembiayaan kesehatan yaitu dengan upaya selalu terapkan PHBS. Indikator PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) salah satunya mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun yang merupakan perilaku yang dilakukan karena kesadaran diri sendiri dan dari hasil pembelajaran, yang membuat individu atau keluarga dapat menjaga dan memelihara kesehatan serta berperan aktif untuk mewujudkan masyarakat sehat. Namun mencuci tangan masih belum menjadi kebiasaan pada masyarakat. Tentunya hal ini masih dipengaruhi oleh banyak hal diantaranya karena rendahnya pengetahuan, pendidikan dan kesadaran terhadap perilaku cuci tangan pakai sabun. (Kemenkes RI, 2014).

Berdasarkan latar belakang di atas, sangat diperlukan adanya edukasi kesehatan khususnya kepada siswa SDN 1 Ploso Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri tentang pentingnya prilaku hidup bersih dan sehat dalam upaya pencegahan infeksi mikroorganisme.

2. METODE PENGABDIAN

Pengabdian masyarakat ini pelaksanaannya dalam bentuk penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang pelaksanaannya dilakukan oleh Dosen dan 10 Mahasiswa Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

2.1. Waktu dan Tempat Pengabdian

Pelasanaan 08-10 september 2022 di SDN 1 Ploso Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri

2.2. Metode dan Rancangan Pengabdian

Menentuan Lokasi Penyuluhan Siswa-siswi sekolah dasar yang dilibatkan dalam kegiatan penyuluhan ini adalah siswa kelas 3 dan kelas 4. Metode yang digunakan Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Bentuk edukasi yang diberikan kepada Siswa/Siswi Sekolah Dasar yaitu Penyuluhan tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) meliputi beberapa indikator yang dipakai sebagai ukuran untuk menilai PHBS di sekolah yaitu: Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun, Mengkonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, Menggunakan jamban yang bersih dan sehat, Olahraga yang teratur dan terukur, Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan sekali, Memelihara kebersihan badan yaitu kuku, rambut dan gigi, Membuang sampah pada tempatnya.

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan oleh dosen sebagai pengusul dan dibantu oleh 10 orang mahasiswa. Mahasiswa membantu menjadi operator, narasumber kedua serta membantu mengarahkan saat siswa siswi mengerjakan pre tes dan pos tes. Kegiatan penyuluhan digelar di satu ruangan kelas yang memadai sarana prasarananya yaitu meliputi media LCD Proyektor dan Penyampaian materi dengan power point (ppt) serta pemutaran video cara mencuci tangan dan penyakit akibat tidak melaksanakan PHBS. Dan di outdoor untuk beberapa demontrasi diantaranya 7 langkah cuci tangan Siswa/siswi Sekolah Dasar melakukan demonstrasi langsung dengan menggunakan air mengalir dengan sabun serta gosok gigi yang baik dan benar.

2.3 Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel secara total sampling seluruh siswa siswi kelas 5 dan 6 SDN 1 Ploso Kecamatan mojo Kabupaten Kediri, dimana kepala sekolah sudah memberikan ijin anak didiknya untuk diberi sosialisasi dan kepala sekolah bersedia memfasilitasi sarana prasarana untuk kelancaran yang penyuluhan PHBS tersebut.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Pelaksanaan penyuluhan atau edukasi kepada siswa/siswi kelas 3 (25 siswa) dan kelas 4 (20 siswa) SDN 1 Ploso Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri sebanyak 45 siswa/siswi. Kegiatan ini berupa pemberian edukasi tentang pentingnya PHBS agar terbebas dari suatu infeksi yang disebabkan oleh Mikroorganisme. Dilakukan Observasi prites dan postes pada siswa siswi kelas 3 dan kelas 4 terhadap proses implementasi kegiatan berdasarkan indikator program PHBS. Instrument yang digunakan untuk observasi dan monitoring berupa check list dan pengisian kolom-kolom berdasarkan kriteria indikator program PHBS. Evaluasi kegiatan tersaji pada tabel 1 dan Tabel 2.

Tabel 1. Tabel Evaluasi Kegiatan Hasil Pre test dan post test siswa kelas 3 tentang pengetahuan PHBS

No	Indikator	Pre Tes				Pos Tes			
		Ya		Tidak		Ya		Tidak	
		N	%	N	%	N	%	N	%
1.	Memotong kuku 1 minggu sekali	12	48%	13	52%	23	92%	2	8%
2.	Selalu cuci tangan sebelum memegang makanan dan makan, agar terhindar dari kuman atau	20	80%	5	20%	24	96%	1	4%

	mikroorganime								
3.	Selalu cuci tangan pakai sabun setelah buang air besar dan buang air kecil	18	72%	7	28%	20	80%	5	20%
4.	Mencuci tangan setiap tangan kotor	18	72%	7	28%	23	92%	2	8%
5.	Membuag sampah pada tempat sampah	11	44%	14	56%	24	96%	1	4%
6.	Sampah dibedakan menjadi sampah organic, anorganik, dan berbahaya.	8	32%	17	68%	17	68%	8	32%
7.	Saya selalu buang air besar di jamban	23	92%	2	80%	24	96%	1	4%
8.	Kamar mandi di kuras setiap satu mingu sekali	8	32%	17	68%	19	76%	6	24%
9.	Keramas tiga hari sekali	8	32%	17	68%	15	60%	10	40%
10.	Memakai masker saat flu	8	32%	17	68%	18	72%	7	28%
11	Rutin melakukan olah raga di Sekolah	20	80%	5	20%	20	80%	5	20%
12	Selain di sekolah, melakukan olahraga di rumah	8	32%	17	68%	19	76%	6	24%
13	Malas melakukan olahraga	15	60%	10	40%	24	96%	1	4%
14	Buang air kecil di kamar mandi	23	92%	2	80%	25	100%	0	0%
15	Buang air besar di kamar Jamban/wc	23	92%	2	80%	25	100%	0	0%
16	Menyiram jamban dengan bersih Setelah menggunakannya	18	72%	7	28%	25	100%	0	0%
17	Tidak membuang sampah di jamban	12	48%	13	52%	20	80%	25	100%

Tabel 2. Tabel Evaluasi Kegiatan Hasil Pre test dan post tes siswa kelas 4 tentang pengetahuan PHBS

No	Indikator	Pre Tes				Pos Tes			
		Ya		Tidak		Ya		Tidak	
		N	%	N	%	N	%	N	%
1.	Memotong kuku 1 minggu sekali	14	70%	6	30%	20	100%	0	0%
2.	Selalu cuci tangan sebelum memegang makanan dan makan, agar terhindar dari kuman atau mikroorganime	20	100%	0	0%	20	100%	0	0%

3.	Selalu cuci tangan pakai sabun setelah buang air besar dan buang air kecil	15	75%	5	25%	18	90%	2	10%
4.	Mencuci tangan setiap tangan kotor	13	65%	7	35%	18	90%	2	10%
5.	Membuag sampah pada tempat sampah	15	75%	5	25%	18	90%	2	10%
6.	Sampah dibedakan menjadi sampah organic, anorganik, dan berbahaya.	9	45%	11	55%	18	90%	2	10%
7.	Saya selalu buang air besar di jamban	20	100%	0	0%	20	100%	0	0%
8.	Kamar mandi di kuras setiap satu mingu sekali	9	45%	11	55%	18	90%	2	10%
9.	Keramas tiga hari sekali	9	45%	11	55%	18	90%	2	10%
10.	Memakai masker saat flu	10	50%	10	50%	18	90%	2	10%
11	Rutin melakukan olah raga di Sekolah	10	50%	10	50%	18	90%	2	10%
12	Selain di sekolah, melakukan olahraga di rumah	10	50%	10	50%	18	90%	2	10%
13	Malas melakukan olahraga	15	75%	5	25%	20	100%	0	0%
14	Buang air kecil di kamar mandi	15	75%	5	25%	20	100%	0	0%
15	Buang air besar di kamar Jamban/wc	19	95%	1	50%	20	100%	0	0%
16	Menyiram jamban dengan bersih Setelah menggunakannya	15	75%	5	25%	20	100%	0	0%
17	Tidak membuang sampah di jamban	15	75%	5	25%	20	100%	0	0%

Gambar 3. Pengisian Soal Prites
Sumber: dokumen pribadi

Gambar 4. Sosialisasi PHBS
Sumber: dokumen pribadi

Gambar 5. Pengisian Soal Pos Test
Sumber: dokumen pribadi

Gambar 6. Foto Bersama setelah Kegiatan
Sumber: dokumen pribadi

3.2 Pembahasan

Kegiatan penyuluhan PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) pada anak SDN 1 Ploso Kecamatan mojo kabupaten kediri dilakukan di dua kelas yaitu kelas 3 dan kelas 4 . Materi yang telah disampaikan dapat meningkatkan pengetahuan mereka. Hal ini dibuktikan sesuai tabel 1 dan tabel 2 Hasil pengisian kuesioner, tentang pengetahuan PHBS pada kelas III setelah di berikan penyuluhan tampak hasil pos tes rata-rata meningkat mencapai 60 % sampai 100 % dan pada kelas IV peningkatan mencapai 90% sampai 100% hal ini menunjukan para siswa siswi semakin memahami tetang prilaku hidup bersih dan sehat yang meliputi Memotong kuku 1 minggu sekali, Selalu cuci tangan sebelum memegang makanan dan makan, agar terhindar dari kuman atau mikroorganime, Selalu cuci tangan pakai sabun setelah buang air besar dan buang air kecil, Mencuci tangan setiap tangan kotor, Membuag sampah pada tempat sampah, Sampah dibedakan menjadi sampah organic, anorganik, dan berbahaya. Selalu buang air besar di jamban, Kamar mandi di kuras setiap satu mingu sekali, Keramas tiga hari sekali, Memakai masker saat flu, Rutin melakukan olah raga di Sekolah ataupun di rumah, Buang air kecil di kamar mandi, Buang air besar di kamar Jamban/wc, Menyiram jamban dengan bersih Setelah menggunakannya dan tidak membuang sampah di jamban agar terhindar dari kuman atau mikroorganime. Ketercapaian target materi dapat dikatakan cukup baik, hal ini dilihat dari semua materi dapat disampaikan dengan baik kepada siswa/siswi yang dapat menjawab pertanyaan-pertanyaan pos tes dan mampu mempraktekkan ulang misalnya cara mencuci tangan menggunakan sabun. Mengosok gigi dengan baik dan benar. Siswa/siswi peserta kegiatan juga ingin menerapkan PHBS dari sekolah hingga lingkungan rumah.

4. SIMPULAN, SARAN, DAN REKOMENDASI

Kegiatan PKM dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada anak sekolah yang dilaksanakan di SDN 1 Ploso Kecamatan Mojo berdasarkan pengisian kuesioner, tentang pengetahuan PHBS pada kelas III setelah di berikan penyuluhan tampak hasil pos tes rata-rata meningkat mencapai 60 % sampai 100 % dan pada kelas IV peningkatan mencapai 90% sampai 100% hal ini menunjukan para siswa siswi semakin memahami tetang prilaku hidup bersih dan sehat. Saran yang bisa diberikan tetap selalu memotivasi siswa siswi untuk dapat menerapkan perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam kehidupan sehari-harinya serta untuk kegiatan penyuluhan PHBS ini dilakukan secara continue agar siswa siswi terbiasa hidup bersih dan sehat.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Terimaksih untuk Kepada Kepala Sekolah SDN 1 Ploso Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri yang memberi kesempatan pada kami untuk melakukan penyuluhan PHBS serta tim mahasiswa yang membantu.

6. DAFTAR PUSTAKA

Desiyanto, Djannah. 2013. Efektivitas Mencuci Tangan Menggunakan Cairan Pembersih Tangan Antiseptik (Hand Sanitizer) Terhadap Jumlah Angka Kuman. Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol.7, No.2, Tahun 2013. UAD Yogyakarta

Ibrahim Sri Andriani. 2020. Prilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Era New Normal

Kemenkes RI.2014. Perilaku Mencuci Tangan Pakai Sabun di Indonesia. Jakarta: Infodatin Kemenkes RI

Kemenkes RI. 2020. Panduan cuci Tangan pakai sabun. Jakarta: Germas dan Unicef

Nurmahmudah Endah, Puspitasari, Agustin. 2017. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah