

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar di SD Negeri Tambaan 1

Rahmawati Solikin¹, Indah Wahyu Nur Cahyani² dan Agung Setyawan³
^{1,2,3} Universitas Trunojoyo Madura

* Email: rahmawatisolikin@gmail.com

Abstrak

Perilaku hidup bersih dan sehat merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan oleh kesadaran diri sendiri. Dalam pelaksanaan PHBS ini dapat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan di lingkungan sekitar sekolah. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai ukuran pada penilaian PHBS ini yaitu, dengan cara membuang sampah pada tempatnya, mencuci tangga menggunakan sabun dan air mengalir, mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah dan lain-lain. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi hidup bersih dan sehat yaitu kebiasaan di rumah, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, serta guru yang memberikan contoh kurang baik kepada peserta didiknya. Namun, berdasarkan hasil penelitian di SDN Tambaan 1 terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi PHBS ini yaitu faktor pengetahuan, faktor peran guru, faktor peran orang tua, peran tenaga kesehatan, dan kesediaan sarana dan prasarana. Didalam pelaksanaan program PHBS ini siswa sadar tentang kebersihan yang sudah dilakukan selama ini, akan tetapi masih terdapat beberapa siswa masih kurang sadar mengenai pentingnya PHBS ini, sehingga peran guru disini kurang maksimal.

Kata kunci: PHBS, Sekolah, Siswa

Abstract

Clean and healthy living behavior is a health behavior that is carried out by self-awareness. In the implementation of PHBS, it can be useful in improving health in the school environment and outside the school environment. Several things that must be used as a measure in this PHBS assessment are, by disposing of garbage in its place, cleaning stairs using and circulating air, eating healthy food in the school canteen and others. Many factors affect a clean and healthy life, namely habits at home, the school environment, the community environment, and teachers who set bad examples for their students. However, based on the results of research at SDN Tambaan 1, there are several factors that influence this PHBS, namely the knowledge factor, the teacher's role factor, the parent's role factor, the role of health workers, and the availability of facilities and infrastructure. In this PHBS implementation program students are aware of the cleanliness that has been done so far, but there are still some students who do not implement PHBS so that the role of the teacher here is lacking.

Keywords: PHBS; School; Students

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat adalah kebiasaan diri sendiri untuk berperilaku sehat dengan adanya kesadaran diri sendiri. Kegiatan ini berperan dalam kesehatan di lingkungan masyarakat. Perilaku ini dapat mencegah penyakit jika lingkungan kita bersih dan sehat. Pelaksanaan PHBS di sekolah ini dapat di mulai dari hal sederhana contohnya membuang sampah pada tempatnya. Meningkatnya perilaku ini dapat bermanfaat dalam meningkatkan kesehatan di lingkungan sekolah

(Nova et al., 2022). Ada beberapa hal yang harus digunakan sebagai ukuran pada penilaian PHBS di sekolah, diantaranya membuang kotoran pada kawasannya, membersihkan tangan menggunakan sabun colek serta air mengalir, memakan makanan yang sehat di kantin sekolah, memanfaatkan air janban bersih dan sehat, olahraga secara terkendali, memusnakan jentik-jentik digenangan air, tidak merokok di lingkungan sekolah, mengukur berat badan dan mengukur tinggi badan, dan mengeluarkan kotoran dan dibuang pada tempatnya. (Gede et al., n.d.)

Ditemukan banyak faktor yang mempengaruhi PHBS ini, contohnya yaitu kebiasaan di rumah, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, serta guru yang memberikan contoh kurang baik kepada peserta didik. Di lingkungan sekolah perilaku hidup bersih dan sehat ini menjadi target, sampai pada pelaksanaan perilaku ini perlu ditekankan kepada peserta didik (Julianti & Nasirun, 2018). Dalam hal ini terdapat beberapa akibat, karena banyak data yang menunjukkan seberapa besar penyakit yang sering dialami anak sekolah usia dasar (emas-sepuluh tahun) ternyata ada kaitannya dengan perilaku hidup bersih dan sehat. PHBS di sekolah ini berupaya agar peserta didik, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah berkenan untuk menerapkan serta berfungsi dengan aktif dalam memperhatikan berperilaku hidup bersih dan sehat dilingkungan sekolah (Taryatman, 2016).

Perilaku pelaksanaan hidup bersih dan sehat ini merupakan gabungan dari perilaku yang diterapkan dengan menyadari diri sendiri yang di dapatkan dari hasil pembelajaran tersebut. Selain itu perilaku PHBS ini dapat memotivasi peserta didik untuk mewujudkan lingkungan kesehatan di sekolahnya. Ada beberapa manfaat di dalam penerapan PHBS ini yaitu jika anak dikenalkan perilaku hidup bersih sejak dini sehingga anak tersebut tentunya memiliki perilaku PHBS ini kapanpun dan dimanapun dia tentunya akan melaksanakan pola hidup bersih dan sehat, akan tetapi jika perilaku tidak sehat diterapkan lalu akan meningkatkan dampak yang tidak diinginkan yaitu dengan berkembangnya berbagai penyakit (Handayani et al., 2016).

Berdasarkan hasil pengamatan, peneliti menemukan sekolah di Kecamatan Camplong yaitu SDN Tambaan 1 tempatnya berada di Desa Tambaan, dimana sekolah ini sudah menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat yang dimana sekolah ini bisa dikatakan sebagai sekolah Adiwiyata. Hal ini dapat terjadi karena kebiasaan dari siswa yang dengan menerapkannya perilaku hidup bersih dan sehat. Disitulah guru benar-benar melatih hidup bersih dan sehat yang ditanamkan kepada peserta didik. Di sekolah SDN Tambaan 1 ini pernah mendapatkan penghargaan sekolah Adiwiyata, karena guru dan peserta didiknya selalu memperhatikan kebersihan pada dirinya sendiri dan lingkungan sekolah. Pada PHBS ini

sudah ditanamkan kepada peserta didik dan guru untuk selalu menjaga kebersihan, serta menumbuhkan sikap kedisiplinan mengenai kebersihan dan kesehatan dilingkungan sekolah. Sehingga metode pembelajaran ini dapat melangkah dengan baik dengan adanya lingkungan yang bersih dan memadai. Maka penelitian ini bertujuan untuk mengkaji lebih mendalam bermasalah dengan perilaku PHBS di SDN Tambaan 1.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif, Penelitian deskriptif ini dilaksanakan di SD Negeri Tambaan 1 terletak di Jalan Raya Camplong, Kecamatan Camplong, Kabupaten Sampang, Provinsi Jawa Timur. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 26 Oktober 2022. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di SD Negeri Tambaan 1. Dengan metode pengumpulan yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode observasi, wawancara.

Lokasi dilaksanakan di Desa Tambaan Kecamatan Camplong, Kabupaten Sampang. Lokasi ini mudah dijangkau karena letak sekolahnya berada di pinggir akses jalan menuju tempat ini sangat mudah. Jarak dari kampus ke lokasi ini diperlukan waktu 150 menit untuk menuju ke lokasi tersebut. Alat transportasi motor dan mobil sangat terjangkau untuk menuju lokasi ini karena tempatnya berada di pinggir dan komunikasi di sekitar lokasi lancar karena jaringan sangat kuat (Nova et al., 2022).

Penggunaan metode observasi pada penelitian ini digunakan peneliti untuk mengetahui secara langsung kesulitan, hambatan, dan masalah yang ada di SD Negeri Tambaan 1. Penggunaan metode wawancara digunakan agar peneliti mengetahui keselarasan dan kebenaran tentang kesulitan dan hambatan yang ada didalam kelas. Setelah memperoleh data yang dibutuhkan, kemudian data dianalisis dengan teknik analisis data statistik deskriptif kualitatif.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil tujuan dari pelaksanaan penelitian yang berjudul "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Anak Sekolah Dasar

SDN Tambaan 1 Kecamatan Camplong” beberapa siswa masih ada yang kesadarannya masih kurang dalam mendatangi PHBS ini dikehidupan ke sehari-harinya. PHBS ini merupakan faktor lingkungan yang berpengaruh terhadap kesehatan individu, kelompok atau masyarakat.

Setelah melakukan wawancara dengan kepala sekolah mengenai penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di SDN Tambaan 1 didapatkan jawaban dari pertanyaan wawancara sebagai berikut. 1) Bagaimana guru perlu memberikan pengetahuan kepada siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat agar siswa dapat mempraktikkannya di lingkungan sekolah?, 2) Bagaimana peran guru terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah?, 3) Apakah peran orang tua di rumah itu sangat berpengaruh besar terhadap peserta didik untuk berperilaku hidup bersih dan sehat di sekolah maupun di rumah?, 4) Dengan didatangkannya tenaga kesehatan ke sekolah untuk memberikan penyuluhan tentang perilaku hidup bersih dan sehat Apakah berpengaruh kepada siswa?, 5) Apa saja sarana dan prasarana yang disediakan sekolah untuk mendukung pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat di SDN Tambaan 1?

Berdasarkan hasil wawancara kepada guru yang berkaitan dengan pelaksanaan pembinaan lingkungan sehat pada siswa SDN Tambaan 1 yang dimana tugas utama guru untuk mendidik siswa, dengan kompetensi keahlian yang ada pada masing-masing guru sesuai dengan kurikulum pembelajaran. Namun meningkatkan kesehatan siswa bukanlah tugas utama seorang guru, hal ini menyebabkan pengembangan promosi lingkungan sehat menjadi tidak mudah. Menurut hasil penelitian ini, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi perilaku (PHBS) (Kanro et al., 2017) yaitu:

1. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hal yang terpenting untuk mengubah pola pikir seseorang. Pengetahuan didasarkan dengan apa yang telah dipahami sehingga dapat mengembangkan perilaku dalam suatu hal, contohnya PHBS di sekolah. Oleh karena itu, guru perlu memberikan pengetahuan kepada siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat agar siswa dapat

mempraktikkannya di lingkungan sekolah maupun di luar sekolah.

2. Peran Guru

Tugas guru disini berperan sebagai pendidik, pemimpin kelas, sang motivator, dan sebagai evaluator. Guru berperan penting dalam penerapan perilaku PHBS bagi siswa di sekolah. Dengan adanya bimbingan yang dilakukan untuk para guru yang dapat menumbuhkan kesadaran siswa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat disekolah maupun di rumah.

3. Peran Orang tua

Orang tua disini merupakan guru pertama yang mengajarkan anak banyak hal terhadap kebiasaan hidup bersih dan sehat di rumah. Jika orang tua menerapkan PHBS, secara tidak langsung anak akan meniru kebiasaan perilaku orang tua di rumah. Untuk mendidik anak orang tua berperan menjadi panutan untuk membiasakan anak pola hidup bersih dan sehat.

4. Peran Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan merupakan salah satu diantara faktor alternatif dari terwujudnya perilaku seseorang, yang dimana orang memperoleh dukungan dari tenaga kesehatan yang mendorong untuk berperilaku yang sesuai dengan arahan yang telah di sampaikan.

5. Ketersediaan sarana dan prasarana

Tersedianya sarana dan prasarana ini merupakan faktor pendukung yang penting untuk menerapkan PHBS seperti tempat sampah, air bersih, jamban yang bersih dan sehat, kantin sekolah sehat, dan perlengkapan kesehatan lainnya.

Perilaku hidup bersih dan sehat ini bertujuan untuk daerah yang bersih dan sehat dapat terlepas dari gangguan penyakit ini. Didalam pelaksanaan program PHBS ini siswa sadar tentang kebersihan yang sudah dilakukan selama ini, namun masih terdapat sejumlah siswa yang belum sepenuhnya melaksanakan PHBS sehingga peran guru disini masih kurang. Untuk mengatasi permasalahan ini guru wajib menekankan kepada siswa tentang PBS. Hal ini menunjukkan bahwa phbs dapat diwujudkan melalui kerja sama peran antara guru, orang tua, dan tenaga Kesehatan (Nova et al., 2022)

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan sumber dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti disini dapat disimpulkan maka akan terjadi adanya peningkatan sikap dan tindakan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Pada anak sekolah dasar di SDN Tambaan 1 yang meliputi: a. persiapan untuk memperkenalkan, mengajarkan dan menanamkan pentingnya untuk jaga kebersihan dan kesehatan lingkungan sekitar, menyediakan berbagai alat perlengkapan kebersihan yang cukup mencukupi, serta persediaan air yang cukup bersih. b. untuk pelaksanaannya membantu siswa untuk selalu diingatkan untuk berperilaku PHBS, untuk mengefisiensi waktu di dalam pembelajaran disebutkan dengan cara melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat untuk menerapkan kedisiplinan contohnya yaitu membuang sampah pada tempatnya, hal ini bertujuan agar siswa dapat melaksanakan PHBS. c. dalam pelaksanaan PHBS tersebut guru maupun orang tua menekankan kepada anak untuk terus memperhatikan kebersihan dan kesehatan di lingkungan sekitar, hal ini berarti bahwa dorongan dari seorang guru, peran orang tua, peran tenaga kesehatan ketersediaan prasarana dan sarana sangat penting. PHBS yang efektif ini diharapkan mampu membantu individu di sekolah untuk selalu menjaga kesehatan sehingga siswa dapat terlepas dari penyakit terutama yang sensitif menginfeksi anak usia sekolah dasar pada umumnya

DAFTAR PUSTAKA

- Handayani, R., Novaryatiin, S., & Ardhany, S. D. (2016). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Anak-Anak Tingkat Sekolah Dasar di Desa Tabore Kecamatan Mentangai Kalimantan Tengah. *Jurnal Surya Medika*, 2(1), 8–13. <https://doi.org/10.33084/jsm.v2i1.363>
- Julianti, R., & Nasirun, H. M. (2018). Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), 11–17. www.dinkes.go.id
- Kanro, R., Yasnani, & Saptaputra, S. kamiluddin. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar Negeri 08 Moramo Utara Desa Wawatu Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1–14.
- Nova, Febriani, C. A., Yanti, D. E., & Rahmah, Aulyya Rahmah, Echa Rafika, Fadhilah Amanda Sari, Ghina Gabrilla Yusuf, Renna Oktavia Rudi, Y. A. P. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Tatanan Sekolah Di SDN 01 Langkapura. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*, 4(1), 27–38.
- Taryatman. (2016). Budaya Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Untuk Membangun Generasi Muda Yang Berkarakter. *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 3(1).