

Pembinaan PHBS melalui Media Buku Saku Sanitarian

Andi Sarifah Budon¹, Andi Daramusseng²

^{1,2}Program Studi Kesehatan Lingkungan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

e-mail: ¹asb407@umkt.ac.id, ²ad979@umkt.ac.id

Abstract. The highest increase in public health status is carried out through integrated health efforts, one of which is school health. This effort can begin with a change in a healthy mindset to school children through the planting of values of Clean and Healthy Behavior. Planting PHBS values in schools is one of the basic needs that can be carried out through the approach of the little sanitarian in which a guide is needed as a reference to facilitate its implementation. The purpose of this activity is to develop a manual for the implementation of Clean and Healthy Behavior and conduct Clean and Healthy Behavior guidance to the Little Sanitarian. Clean and Healthy Behavior coaching to the Little Sanitarian held in the Elementary School 011 of Samarinda City two times in 1 (one) month. The selection of this place was because previously the Clean and Healthy Behavior values had been planted and selection of young sanitarians cadres. The number of participants in this activity were 9 students from class 4 and 5. This activity is expected to change the behavior of students in the application of Clean and Healthy Behavior in schools, families and communities and make the guide book a reference about Clean and Healthy Behavior.

Keywords: *Coaching, clean and healthy behavior, school*

Abstrak. Peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya diselenggarakan melalui upaya kesehatan terpadu salah satunya adalah kesehatan sekolah. Upaya ini dapat dimulai dengan perubahan pola pikir sehat kepada anak sekolah melalui penanaman nilai-nilai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah merupakan salah satu kebutuhan dasar yang dapat dilakukan melalui pendekatan sanitarian cilik yang dalam pelaksanaannya diperlukan suatu panduan sebagai rujukan untuk memudahkan penerapannya. Tujuan kegiatan ini adalah menyusun buku pedoman pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dan melakukan pembinaan PHBS kepada Sanitarian Cilik. Pembinaan PHBS kepada Sanitarian Cilik dilaksanakan di Sekolah Dasar Negeri 011 Kota Samarinda sebanyak 2 kali pertemuan dalam kurung waktu 1(satu) bulan. Pemilihan tempat ini karena sebelumnya telah dilakukan penanaman nilai-nilai PHBS dan pemilihan kader sanitarian cilik. Jumlah peserta pada kegiatan ini sebanyak 9 orang dari siswa kelas 4 dan 5. Kegiatan ini diharapkan adanya perubahan perilaku peserta didik dalam penerapan PHBS di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat serta menjadikan buku pedoman tersebut menjadi acuan dalam ber-PHBS.

Kata kunci: *Pembinaan, perilaku hidup bersih dan sehat, sekolah*

Pendahuluan

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan salah satu program pemerintah yang bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat setinggi-tingginya melalui penyelenggaraan pembangunan kesehatan. Salah satu upaya yang dilakukan adalah dengan menerapkan PHBS di lingkungan masyarakat, rumah tangga dan sekolah agar dapat merubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi sehat.

Peningkatan derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya diselenggarakan melalui upaya kesehatan terpadu salah satunya adalah kesehatan sekolah. Dalam Undang-undang No. 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang kesehatan dijelaskan bahwa kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dan lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang menjadi manusia yang berkualitas (Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan,2009).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Kota Samarinda Tahun 2016 diperoleh data cakupan rumah tangga ber-PHBS sebesar 43,8% (Dinas Kesehatan Kota Samarinda, 2016). Hal ini menunjukkan masih banyak rumah tangga yang belum mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungannya. Hasil cakupan rumah tangga ber-PHBS yang belum optimal dapat dikarenakan kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat akan perilaku hidup bersih dan sehat. Oleh sebab itu, dilakukan upaya pendekatan PHBS melalui Institusi pendidikan dengan harapan dalam wadah ini dapat ditanamkan nilai-nilai PHBS yang kemudian diterapkan di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat. Praktik hidup bersih dan sehat di sekolah dapat menciptakan Institusi Pendidikan ber-PHBS.

Penerapan PHBS dinilai sangat penting untuk menciptakan generasi bangsa yang sehat dan berkualitas. Anak-anak usia sekolah khususnya usia sekolah dasar merupakan masa yang tepat untuk menanamkan nilai-nilai PHBS dalam kehidupan sehari-hari dan berpotensi sebagai agen perubah yang mampu mempromosikan PHBS baik di lingkungan sekolah, keluarga maupun masyarakat (Fivi Melva Diana., Fatrina Susanti, 2014). Penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah dapat dilakukan melalui

pendekatan sanitarian cilik. Dalam pelaksanaannya diperlukan suatu panduan sebagai rujukan untuk memudahkan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Penanaman nilai PHBS sebelumnya telah dilakukan di SD Negeri 011 Kota Samarinda oleh Andi Daramusseng dan terpilih 6 orang kader sanitarian cilik (Daramusseng, Andi., Julianti 2019). Sebagai keberlanjutan pelaksanaan program tersebut maka dilakukan pembinaan terhadap kader sanitarian cilik ini dengan memberi materi mengenai PHBS yang lebih luas lagi dan memfasilitas sumber pengetahuan melalui buku saku. Buku tersebut berisi pedoman perilaku hidup bersih dan sehat serta dampak yang ditimbulkan jika tidak diterapkan PHBS dalam lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. Kader sanitarian cilik ini diharapkan mampu menerapkan dan menyebarkan informasi terkait pola perilaku hidup bersih dan sehat kepada keluarga dan lingkungannya dalam mewujudkan kesehatan masyarakat yang lebih baik.

Metode

Kegiatan pembinaan PHBS kepada sanitarian cilik merupakan keberlanjutan dari program sebelumnya yaitu pemilihan sanitarian cilik. Sanitarian cilik yang telah terpilih sebelumnya kemudian dilakukan pembinaan mengenai PHBS yang lebih luas lagi dan memfasilitas sumber pengetahuan melalui buku saku. Jumlah peserta yang diberikan pembinaan sebanyak 9 orang yang terdiri dari 6 orang sanitarian cilik dan 3 orang lainnya yang juga sebelumnya sudah diberikan pengetahuan mengenai PHBS. Peserta tersebut berasal dari siswa kelas 4 dan 5.

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyadaran/peningkatan pemahaman sanitarian cilik terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di tatanan Institusi Pendidikan. Pemberian pemahaman kepada sanitarian cilik dilakukan dengan menggunakan media buku saku yang telah di desain sedemikian rupa agar menarik dan mudah dipahami bagi sanitarian cilik.

Kegiatan pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk sanitarian cilik SDN 011 Kota Samarinda dilakukan secara bertahap, yaitu:

1. Penyusunan Buku Saku

penyusunan buku pedoman pelaksanaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) berdasarkan indikator PHBS di Sekolah.

2. *Pretest*

Pretest dilakukan untuk menilai sejauh mana pemahaman siswa mengenai PHBS. Soal yang diberikan dalam *pretest* ini terdiri dari 32 soal.

3. Pemberian materi PHBS

Pemberian materi PHBS kepada peserta dilakukan melalui metode ceramah dengan menggunakan media buku saku yang telah di desain sedemikian rupa sehingga menarik dan mudah dipahami bagi peserta.

4. *Posttest*

Posttest dilakukan untuk menilai perubahan pemahaman peserta setelah diberikan materi PHBS. Soal dalam *posttest* terdiri dari 32 soal. Soal tersebut sama dengan soal yang digunakan dalam *pretest*.

Kegiatan pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 011 Kota Samarinda dilaksanakan pada tanggal 11-12 Desember 2018. Pada kesempatan tersebut kami melaksanakan *pretest* dan *posttest* terkait pengetahuan sanitarian cilik sebelum dan sesudah dilakukan pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui *study interactive* dengan media *slide power point* dan buku saku.

Materi yang diberikan dalam kegiatan pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) untuk sanitarian cilik SDN 011 Kota Samarinda diantaranya adalah :

1. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun
2. Mengonsumsi makanan dan minuman sehat
3. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat
4. Membuang sampah pada tempatnya
5. Tidak merokok di sekolah
6. Tidak mengonsumsi NAPZA
7. Tidak meludah disembarang tempat
8. Memberantas jentik nyamuk secara teratur

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Sekolah Dasar (SD) Negeri 011 yang terletak di Jl. Danau Maninjau No. 4 kelurahan Sungai Pinang Luar, Kota Samarinda yang diikuti oleh 9 peserta dari kelas 4 dan 5. Penilaian keberhasilan pembinaan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui media buku saku untuk sanitarian cilik SDN 011 Kota Samarinda dilakukan dengan menggunakan kuesioer yang berjumlah 32 butir soal.

Evaluasi dengan menggunakan kuesioner dilakukan sebanyak 2 kali yakni pada saat sebelum dilakukan pembinaan dan setelah dilakukan pembinaan. Hal ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana tingkat keberhasilan kegiatan pembinaan PHBS menggunakan media buku saku terkait dengan tingkat pengetahuan sanitarian cilik tentang PHBS di sekolah.

Menurut Arikunto, tingkat pengetahuan seseorang dibagi menjadi tiga (3) tingkatan berdasarkan nilai persentase sebagai berikut (Arikunto, 2010):

- a. Tingkat pengetahuan kategori Baik jika nilainya $\geq 76-100\%$.
- b. Tingkat pengetahuan kategori Cukup jika nilainya $60-75\%$.
- c. Tingkat pengetahuan kategori Kurang jika nilainya $\leq 60\%$.



Gambar 1. Peserta mengisi kuesioner *pretest*

Tabel 1. Hasil *pretest* Pengetahuan Sanitarian Cilik tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 011 Kota Samarinda Tahun 2018

Pengetahuan PHBS	n	%
Kurang	6	66,7
Cukup	3	33,3
Total	9	100

Sumber: Data primer, 2018

Gambar 2. Peserta mengisi kuesioner *posttest*Tabel 2. Hasil *posttest* Pengetahuan Sanitarian Cilik tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 011 Kota Samarinda Tahun 2018

Pengetahuan PHBS	n	%
Baik	8	88,9
Cukup	1	11,1
Total	9	100

Sumber: Data primer, 2018

Berdasarkan distribusi frekuensi *pretest* dan *posttest*, diketahui bahwa pada distribusi frekuensi *pretest* terdapat 6 (66,7%) siswa yang mempunyai pengetahuan kurang dan 3 (33,3%) siswa memiliki pengetahuan yang cukup. Selanjutnya untuk distribusi frekuensi *posttest*, terdapat 8 (88,9%) siswa yang mempunyai pengetahuan baik dan 1 (11,1%) siswa memiliki pengetahuan yang cukup.



Gambar 3. Pemberian materi PHBS dengan Media Buku Saku

Tabel 3. Hasil uji normalitas data *pretest* dan *posttest*

Tests of Normality	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
<i>Pretest</i>	,617	9	,000
<i>Posttest</i>	,390	9	,000

Sumber: Data primer, 2018

Data yang digunakan dalam analisis tidak terdistribusi normal dengan nilai $p=0,000 < 0,05$. Karena data tidak terdistribusi normal maka uji statistik yang paling sesuai adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test* (Stang, 2014).

Tabel 4. Hasil Analisis *pretest* dan *posttest* Pengetahuan Sanitarian Cilik tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SDN 011 Kota Samarinda Tahun 2018

	<i>Pretest- Posttest</i>
Z	-2,810 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Sumber: Data primer, 2018

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan IBM *SPSS Statistic 21*, diketahui bahwa data kuesioner pengabdian masyarakat tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) SDN 011 Kota Samarinda tidak berdistribusi normal. Hal ini dibuktikan dengan uji normalitas data, dimana nilai $p(0,00) < 0,05$. Karena data tidak terdistribusi normal maka uji statistik yang digunakan adalah *Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Uji beda pengetahuan sanitarian cilik sebelum dan setelah dilakukan pembinaan dengan menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test*. Berdasarkan hasil uji, diketahui nilai Z sebesar $-2,810^b$ dengan *p value (Asymp. Sig 2 tailed)* sebesar 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan bermakna pengetahuan PHBS sanitarian cilik sebelum dan sesudah dilakukan pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).

Penelitian yang dilakukan Koem;dkk (2015), mengenai tingkat pengetahuan siswa kelas IV-VI, dari 112 siswa ada 61 orang (54,5%) pengetahuan baik dan 51 orang (45,5%) pengetahuan tidak baik (Zitty A.R Koem., Barens Joseph, 2015). Sejalan dengan penelitian Karaeng, dkk; (2016), diketahui bahwa dari 73 orang, ada 44 orang (60,3%) pengetahuan baik dan 29 orang (39,7%) pengetahuan kurang baik.

Masa anak-anak merupakan masa yang paling tepat untuk menanamkan nilai-nilai positif dalam kehidupan termasuk perilaku untuk selalu menjaga kebersihan, sehingga akan terbiasa dan terbawa hingga usia dewasa. Teori Green mengemukakan bahwa suatu perilaku ditentukan oleh faktor predisposisi, salah satu contohnya adalah untuk memudahkan seseorang berperilaku dipengaruhi oleh faktor pengetahuan. Oleh sebab itu untuk mendukung penerapan PHBS di sekolah maka hal pertama yang harus dilakukan adalah memberikan pengetahuan PHBS kepada peserta didik.



Gambar 4. Foto Sanitarian Cilik SDN 011 Samarinda

Pembinaan sanitarian cilik ini diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesehatan masyarakat. Demi tercapainya hal tersebut, maka selanjutnya perlu dilakukan pemantauan dan evaluasi. Tolak ukur keberhasilan

program pembinaan sanitarian cilik ini adalah ketika sanitarian cilik tersebut mampu menerapkan dan menyebarkan informasi terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kepada teman, keluarga dan lingkungan sehingga tercipta masyarakat yang sehat.

Simpulan

Terdapat perbedaan bermakna pengetahuan PHBS sanitarian cilik sebelum dan sesudah dilakukan pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Hal ini didukung oleh uji statistik dengan p value (Asymp. Sig 2 tailed) sebesar 0,000.

Diharapkan kepada seluruh sanitarian cilik agar konsisten dalam menerapkan dan menyebarkan informasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Selain itu, diharapkan pihak sekolah memberikan dukungan kepada peserta didik dalam pelaksanaan PHBS di sekolah.

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rhineka Cipta.
- Daramusseng, Andi., Julianti, Tri Budi. (2019). "Program Sanitarian Cilik Di SDN 011 Samarinda Sebagai Sarana Edukasi Pola Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Masyarakat." *Jurnal Pengabdian pada Masyarakat* 2(4). <http://ppm.ejournal.id/index.php/pengabdian/article/view/132>.
- Fivi Melva Diana., Fatrina Susanti., Asep Irfan. (2014). "Pelaksanaan Program Perilaku Hidup." 8(1): 46–51.
- Karaeng, V. D., ddk. (2016). *Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Sekolah Dasar Negeri Inpres Karatung Kecamatan Menganitu Kabupaten Sangihe*. Manado: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi.
- Kesehatan, Dinas, and Kota Samarinda. (2016). "Profil Kesehatan Kota Samarinda Tahun 2016."
- Stang. (2014). *Praktis Penentuan Uji Statistik dalam Penelitian Kesehatan dan Kedokteran*. Jakarta: Mitra Wacana Medika.
- Kementerian Kesehatan. (2009). "Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 Tentang Kesehatan." 2009.
- Zitty A.R Koem., Barens Joseph., Recky C. Sondakh. (2015). "Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Dengan Perilaku." 4(4): 290–94.