

ANALISIS PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SEKOLAH DASAR

Fitria Nurfatihah¹, Nur Imas Ismaya², Sheila³, Sindi Triyani⁴
^{1,2,3,4}Pendidikan Guru Sekolah Dasar, FKIP, Universitas Buana Perjuangan
Sd19.fitrianurfatihah@mhs.ubpkarawang.ac.id
Sd19.nurismaya@mhs.ubpkarawang.ac.id
Sd19.sheila@mhs.ubpkarawang.ac.id
Sd19.sinditriyani@mhs.ubpkarawang.ac.id

ABSTRACT

This study aims to determine the Clean and Healthy Lifestyle of SDN BANTARJAYA 01 in Pebayuran District, Bekasi Regency. This study uses a descriptive method where the subject in this study is class III A session 1 consisting of 19 students (eight male students and eleven female students). Data collection techniques used are observation and interviews. Based on the results of observations and interviews conducted by researchers, it shows that SDN BANTARJAYA 01 is included in the green classification based on the school's PHBS Classification Criteria.

Keywords: PHBS in school

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat SDN BANTARJAYA 01 di Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dimana subjek dalam penelitian ini adalah kelas III A sesi 1 yang terdiri dari 19 siswa (delapan siswa laki-laki dan sebelas siswa perempuan). Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan wawancara. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa SDN BANTARJAYA 01 termasuk ke dalam klasifikasi hijau berdasarkan Kriteria Klasifikasi PHBS sekolah.

Kata kunci : PHBS di sekolah

A. Pendahuluan

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat memang mudah untuk dikatakan namun sulit untuk dilakukan sehingga tidak tercipta lingkungan yang sehat. Oleh karena itu, kita harus memiliki kesadaran dan kesungguhan dalam menjaga kebersihan dan kesehatan. Agar hidup sehat kita dapat terlaksana dengan baik, maka kita harus mempunyai perilaku yang

mencerminkan Hidup Bersih dan sehat. Menurut Nurmahmudah et al., (2018) mengungkapkan bahwa PHBS merupakan salah satu pilar utama dalam Indonesia Sehat dan merupakan salah satu strategi untuk mengurangi beban negara dan masyarakat terhadap pembiayaan kesehatan. Kondisi sehat dapat dicapai dengan mengubah perilaku dari yang tidak sehat menjadi perilaku

sehat serta menciptakan lingkungan sehat, oleh karena itu kesehatan perlu dijaga, dipelihara dan ditingkatkan oleh setiap anggota rumah tangga serta diperjuangkan oleh semua pihak.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebagai bentuk orientasi hidup sehat dalam kehidupan individu, keluarga, dan masyarakat, yang bertujuan untuk meningkatkan, dan melindungi kesehatan. Menurut Aswadi et al., (2017) menyatakan bahwa Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang atau keluarga yang dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan derajat kesehatan setinggi-tingginya. Baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial.

Siswa termasuk sebagai sasaran yang sangat efektif untuk merubah kebiasaan dan tingkah laku hidup sehat. Selain itu, usia siswa juga termasuk rentan dalam hal masalah kesehatan yang bisa mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan dalam prestasi belajar. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah adalah sekumpulan perilaku

yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat di lingkungan Sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Kemenkes, 2014).

PHBS disekolah dapat menjadikan lingkungan yang bersih dan sehat, sehingga mampu memaksimalkan proses belajar mengajar antara siswa, guru, hingga masyarakat yang ada di lingkungan sekolah menjadi sehat. Pelaksanaan PHBS pada anak sekolah dipengaruhi oleh beberapa aspek, contohnya adalah pengetahuan, peran guru, sikap, peran orang tua, dan ketersediaan fasilitas sarana dan prasarana sekolah.

Menurut Sumiran et al., (2019) menyatakan bahwa Masalah kesehatan yang terjadi pada anak usia sekolah semakin memperjelas bahwa penanaman nilai-nilai PHBS di sekolah masih minimal dan belum mencapai tingkat yang diharapkan sedangkan sekolah merupakan tempat anak-anak selain memperoleh ilmu pengetahuan juga belajar berinteraksi dan bersosialisasi terhadap sesama.

Adanya PHBS di wilayah sekolah wajib didukung oleh kesadaran diri seseorang. Dalam melakukan kegiatan PHBS di sekolah sangat diperlukan sarana dan prasarana seperti tempat mencuci tangan menggunakan air dan sabun, tempat sampah terpisah antara sampah kering dan basah, tersedia kantin yang bersih, sehat dan lain sebagainya. Kegiatan PHBS di sekolah bisa dimulai dari hal-hal yang sederhana contohnya seperti mencuci tangan menggunakan sabun. Dengan membiasakan mencuci tangan menggunakan air yang mengalir dan sabun setelah membuang air besar ataupun sebelum makan serta sebelum menyiapkan makanan. Maka perilaku ini dapat bermanfaat untuk meningkatkan pencapaian derajat kesehatan.

Penelitian yang telah dilakukan terdahulu mengenai gambaran perilaku hidup bersih dan sehat pada anak usia sekolah di SD Negeri Jambon Kulonprogo menunjukkan hasil bahwa perilaku membuang sampah sebanyak 18 siswa (56,3%) dalam kategori baik, dan perilaku konsumsi jajan pada anak usia sekolah di SDN Jambon Kulonprogo sebanyak 23 siswa (71,9%) berada

pada kategori cukup (Damarsari, 2016). Hasil penelitian yang juga dilakukan sebelumnya terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada pelajar di Sekolah Dasar Negeri Sapa Kecamatan Tenga Kabupaten Minahasa Selatan menunjukkan responden yang memiliki sikap baik sebanyak 36 (52.2%) dan responden yang memiliki sikap kurang baik sebanyak 33 (47.8%) (Hadji, 2016).

Dalam observasi melalui wawancara kepada guru kelas III A seluruh warga sekolah sudah dihimbau untuk berPerilaku Hidup Bersih dan Sehat namun terdapat beberapa faktor yang menjadi penghambat bagi warga sekolah terutama siswa dalam berperilaku hidup bersih dan sehat yaitu tidak tersedianya kantin dan guru yang sudah dilatih UKS di sekolah. Penelitian ini memfokuskan pada analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah dasar. Melalui penelitian ini kita dapat menganalisis indikator PHBS di sekolah sudah diketahui dan dijalankan dengan baik dan benar, sehingga hal tersebut dapat menjadi pengetahuan untuk peserta didik dan pendidik.

B. Metode Penelitian

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Metode penelitian jenis analisis deskriptif kualitatif dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian menganalisis perilaku hidup bersih dan sehat di Sekolah Dasar.

Waktu dan Tempat Penelitian

Lokasi dalam penelitian ini adalah SDN BANTARJAYA 01 di Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi. Waktu penelitian adalah pada tanggal 21 Maret 2022. Subjek penelitian yaitu 19 siswa (delapan siswa laki-laki dan sebelas siswa perempuan) kelas III A sesi 1.

Teknik Analisis Data

Data dalam penelitian ini meliputi data-data primer dan data sekunder. Data primer didapatkan dari narasumber secara langsung, sedangkan data sekunder diperoleh dari berbagai sumber seperti jurnal. Sumber data dalam penelitian ini adalah kepala sekolah dan guru. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi dan wawancara. Wawancara dalam penelitian dilakukan secara langsung guna memperoleh informasi secara langsung dan mendalam dengan

narasumber yaitu guru kelas III A. Kemudian teknik analisis data ini menggunakan teknik analisis data deskriptif dan kriteria klasifikasi PHBS di sekolah.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SDN BANTARJAYA 01 yang beralamatkan di Jalan Raya Pebayuran, Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran, Kabupaten Bekasi, Jawa Barat. SDN BANTARJAYA 01 merupakan sekolah yang terakreditasi A.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengetahui Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN BANTARJAYA 01 tahun pelajaran 2021/2022. Penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil dengan subjek penelitian 1 orang guru, 19 siswa SDN BANTARJAYA 01. Data analisis pada penelitian ini diperoleh berdasarkan observasi dan wawancara, dengan hasil temuan sebagai berikut.

Hasil wawancara

Narasumber : Febi Novitasari, S.Pd

Jabatan : Wali kelas III A

Pertanyaan dan jawaban :

1. Apakah yang ibu ketahui tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat?

Jawab : Menurut saya perilaku hidup bersih di sekolah itu saat anak sudah mampu melaksanakan pola hidup bersih seperti membersihkan kelas setiap hari dengan teratur. Dengan adanya jadwal piket yang ditempel di setiap kelas diharapkan agar kelas selalu dibersihkan setiap hari secara bergantian, selain itu anak-anak juga menggunakan pakaian yang bersih dari rumah dan tidak lupa saya mengingatkan kepada anak-anak untuk mandi teratur, sikat gigi. Disekolah disosialisasikan cara menyikat gigi yang baik dan benar pada mata pelajaran PJOK. Dan apabila anak-anak ingin buang air besar atau buang air kecil sudah disediakan toilet agar tidak buang air sembarangan.

2. Apakah di sekolah ini seluruh warga sekolah sudah berPerilaku Hidup Bersih dan Sehat?

Jawab : Sebagian besar kami sudah melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat, tetapi saya masih menemukan siswa yang membuang sampah sembarangan padahal sudah disediakan tempat

sampah di depan kelas masing-masing. Dan kadang masih terlihat sampah berserakan. Tetapi secara keseluruhan anak-anak sudah mengerti pola hidup sehat.

3. Apa saja kegiatan yang dilakukan dalam melaksanakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat?

Jawab : Kegiatan yang dilakukan diantaranya melaksanakan piket kelas sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan, kerja bakti setiap hari sabtu bersama-sama (guru dan siswa), mencuci tangan dengan sabun ketika hendak masuk kelas dan setelah keluar kelas.

4. Apakah ada kendala/kesulitan yang di hadapi oleh ibu dalam pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat tersebut?

Jawab : Ya, ada. Mungkin karena pengaruh lingkungan rumah, ada beberapa anak yang perlu di tingkatkan lagi pembiasaannya. Dan latar belakang setiap anak berbeda-beda jadi kami sebagai guru perlu pembiasaan dan terus memberikan arahan tentang pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat. Juga karena disekolah tidak disediakan kantin kami sulit

membatasi anak untuk jajan jajanan yang sehat.

5. Apa manfaat dilaksanakannya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat bagi ibu sendiri dan warga sekolah di SDN Bantarjaya 01 ini?

Jawab : Tentu pembiasaan perilaku hidup bersih dan sehat ini sangat bermanfaat sekali terutama untuk kesehatan guru dan murid. Dengan membuang sampah pada tempatnya, membersihkan kelas setiap hari kita selalu berada dilingkungan yang bersih dan terhindar dari penyakit.

6. Apa harapan ibu untuk pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam meningkatkan kesehatan siswa?

Jawab : Harapan saya untuk para peserta didik ini untuk kedepannya agar lebih tertib dan lebih mengerti bahwa perilaku hidup sehat itu penting untuk diri sendiri, bukan hanya melaksanakan perilaku hidup bersih karena di perintah oleh guru ataupun takut di hukum guru, tetapi memang membuang sampah itu wajib pada tempatnya, harus membersihkan kelas yang digunakan sehari-hari itu karena memang kita membutuhkan ketertiban dalam berperilaku hidup

bersih dan sehat untuk kesehatan diri. Dengan pembiasaan perilaku hidup bersih sejak sekolah dasar diharapkan bisa terus mempertahankan habit (kebiasaan) baik ketika mereka sudah berada dijenjang selanjutnya seperti di SMP, SMA, tnpat kerja dan lain sebagainya.

Tabel 1

Hasil observasi PHBS di Sekolah Dasar

No	Indikator PHBS Sekolah	Skor
1	Mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun.	1
2	Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah.	0
3	Menggunakan jamban yang bersih dan sehat.	1
4	Olahraga yang teratur.	1
5	Memberantas jentik nyamuk.	1
6	Tidak merokok dilingkungan sekolah.	1
7	Menimbang berat badan dan mengukur	1

	tinggi badan setiap 6 bulan.	
8	Membuang sampah pada tempatnya.	1
TOTAL SKOR		7

Keterangan :

Kriteria Klasifikasi PHBS sekolah

1. Sekolah sehat (klasifikasi biru), bila semua indikator PHBS sekolah (8 indikator terpenuhi atau dijawab “ya”)
2. Sekolah Klasifikasi Hijau, bila indikatot PHBS yang terpenuhi (dijawab “Ya”) antara 6 – 7 indikator.
3. Sekolah Klasifikasi Kuning, bila indikatot PHBS yang terpenuhi (dijawab “Ya”) antara 4 – 5 indikator.
4. Sekolah Klasifikasi Merah, bila indikatot PHBS yang terpenuhi (dijawab “Ya”) antara 1 – 3 indikator.

Berdasarkan fenomena yang ada dapat disimpulkan bahwa pada siswa SDN BANTARJAYA 01 tentang kegiatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang sudah diterapkan akan tetapi masih ada siswa yang kurang memperhatikan kesehatan lingkungan sekolah, terutama pada kebersihan diri sendiri. Dan sekolah

termasuk ke dalam sekolah klasifikasi hijau karena hanya 7 dari 8 indikator yang terpenuhi. Permasalahan tersebut membuat penelitian tertarik untuk mengetahui bagaimana “Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar”.

Pembahasan

Perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah merupakan kegiatan yang dilakukan oleh seluruh warga sekolah untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang sehat dan secara mandiri mampu mencegah penyakit dan bisa meningkatkan kesehatan.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikan oleh peserta didik, guru dan masyarakat di lingkungan Sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatan, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat (Kemenkes, 2014).

Perilaku Hidup Bersih dan sehat di SDN BANTARJAYA 01 berada pada klasifikasi hijau pada kriteria klasifikasi PHBS. Depkes RI (2008) menetapkan ada beberapa indikator yang dipakai sebagai ukuran menilai PHBS di sekolah yaitu : 1.

Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun 2. Mengonsumsi jajanan yang bersih dan sehat 3. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat 4. Olahraga yang teratur dan terukur 5. Memberantas jentik nyamuk 6. Tidak merokok di sekolah 7. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan 8. Membuang sampah pada tempatnya.

Hasil penelitian yang juga dilakukan sebelumnya terhadap perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada pelajar di Sekolah Dasar Negeri Sapa Kecamatan Tenga Kabupaten Minahasa Selatan menunjukkan responden yang memiliki sikap baik sebanyak 36 (52.2%) dan responden yang memiliki sikap kurang baik sebanyak 33 (47.8%) (Hadji, 2016).

D. Kesimpulan

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil analisis yang dilakukan maka dapat ditarik kesimpulan yaitu bahwa perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas III A di SDN BANTARJAYA 01 berada dalam klasifikasi hijau. Hal ini berarti sebagian siswa sudah mengetahui perilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aswadi, Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati. (2017). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Propinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-Sihah : Public Health Science Journal*, 9(2), 187–196.
- Nurmahmudah, E., Puspitasari, T., & Agustin, I. T. (2018). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah. *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(2), 46–52. <https://doi.org/10.35568/abdimas.v1i2.327>
- Sumiran, R. E., Maramis, F. R. R., & Pelealu, F. J. O. (2019). Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Sekolah Di Sd Advent 01 Tikala Manado. *Kesmas* Sumiran, R. E., Maramis, F. R. R. and Pelealu, F. J. O. (2019) 'Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Sekolah Di Sd Advent 01 Tikala Manado', *Kesmas*, 6(3), Pp. 1–11. Available at: [http://Ejournalhealth.Com/Index.Php/Kesmas/Article/View/6\(3\), 1–11](http://Ejournalhealth.Com/Index.Php/Kesmas/Article/View/6(3), 1–11). <http://ejournalhealth.com/index.php/kesmas/article/view/487/475>