

Article

Persepsi Siswa Terhadap Pentingnya Perilaku Hidup Sehat di Lingkungan Sekolah

Chusnul Zulaika^{1*}, Dewi Sari Rochmayani²

¹Politeknik Kesehatan Kemenkes Surakarta, Jurusan Akupunktur, Prodi D3 Akupunktur

²Universitas Widya Husada Semarang, FKMM, Prodi Refraksi Optisi

SUBMISSION TRACK

Received: June 22, 2024
Final Revision: June 29, 2024
Available Online: Juni 30, 2024

KEYWORDS

Persepsi siswa, Perilaku PHBS

CORRESPONDENCE

Phone: 081326046960
E-mail: chusnul.zulaika@gmail.com

A B S T R A C T

PHBS in schools is an effort to empower students, teachers and the school community to know and be able to practice PHBS and play an active role in creating healthy schools. One application to improve PHBS in schools is through school health efforts (UKS). UKS is health education, health services, fostering a healthy school environment. The aim of this research was to determine the description of knowledge of clean and healthy living behavior among PMR students at SDN Krapyak. This research is a quantitative descriptive study. The population of this study was 40 respondents, and the sample for this study was total sampling.

I. INTRODUCTION

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada dasarnya merupakan sebuah upaya untuk menularkan pengalaman mengenai perilaku hidup sehat melalui individu, kelompok ataupun masyarakat luas dengan jalur – jalur komunikasi sebagai media berbagi informasi. PHBS adalah sebuah rekayasa sosial yang bertujuan menjadikan sebanyak mungkin anggota masyarakat sebagai agen perubahan agar mampu meningkatkan kualitas perilaku sehari – hari dengan tujuan hidup bersih dan sehat (Kemenkes, 2016). PHBS di sekolah merupakan upaya untuk memberdayakan siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah agar

tahu dan mampu mempraktekan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Salah satu penerapan untuk meningkatkan PHBS di sekolah yaitu melalui usaha kesehatan sekolah (UKS). UKS adalah pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, pembinaan lingkungan sekolah sehat (Depkes, 2007). PHBS harus ditanamkan sejak dini agar bisa terbawa hingga usia dewasa. Usia anak sekolah dasar masih tergolong muda, sehingga membutuhkan bantuan dari orang di sekitar lingkungan terdekat yaitu, orang tua, guru dan teman (Sari, Widjanarko and Kusumawati, 2016). Sekolah sehat harus memiliki lingkungan yang mendukung pembelajaran.

Program ini menekankan pada aspek lingkungan yang meliputi lingkungan fisik dan non fisik. Aspek lingkungan fisik menekankan pada fasilitas seperti konstruksi ruang dan bangunan; ventilasi dan intensitas pencahayaan; kepadatan ruang kelas; jarak papan tulis dengan siswa; kualitas dan kuantitas meja dan kursi siswa; ketersediaan toilet, tempat cuci tangan, dan air bersih; pengendalian kebisingan; tempat sampah; program pengelolaan sampah; program pemberantasan bibit penyakit; serta kantin sehat. Lingkungan non fisik meliputi perilaku sehingga kriteria Sekolah sehat yang selanjutnya adalah Sekolah memiliki program pembinaan dalam mendorong dan membiasakan siswa untuk berperilaku hidup bersih dan sehat, yang tentu saja juga memberikan panutan kepada siswa (Kemendikbud, 2012).

PHBS untuk anak usia SD dimulai dengan membentuk kebiasaan sikat gigi dengan benar, mencuci tangan, serta membersihkan kuku dan rambut. PHBS yang sangat sederhana tersebut akan mengurangi risiko terkena penyakit. Penyakit yang akan muncul akibat rendahnya PHBS antara lain cacingan, diare, sakit gigi, sakit kulit, gizi buruk dan lain sebagainya yang pada akhirnya mengakibatkan rendahnya derajat kesehatan Indonesia (Pramono and Paramita, 2011).

Fasilitas penunjang perilaku hidup bersih dan sehat harus tersedia sebagai faktor untuk mendukung pelaksanaan PHBS di sekolah antara lain terdapat wastafel sekaligus sabun cair untuk mencuci tangan, pengelolaan kantin dan makanan sehat, tersedianya kaman mandi/wc, terdapat sarana atau tempat olahraga, adanya pengendalian jentik nyamuk, terdapat peraturan dilarang merokok, terdapat alat penimbang berat dan pengukur tinggi badan serta terdapat tempat sampah (Kemendikbud, 2023).

Hasil survey yang di lakukan di salah satu SD di Semarang menunjukkan kondisi lingkungan sekolah cukup bersih, tersedia tempat sampah yang diletakkan didepan kelas masing-masing namun kebiasaan siswa yang suka membuang sampah sembarangan atau tidak sesuai pada tempatnya. Di sekolah sudah menyediakan kantin sekolah tetapi siswa masih jajan di luar lingkungan sekolah yang tidak diketahui hygiene dari jajanan yang dikonsumsi, dan pada saat sebelum mengkonsumsi jajanan jarang mencuci tangan. Selain itu penyakit yang sering dialami oleh siswa SD adalah diare dan flu, sehingga perlu untuk mengetahui persepsi siswa terhadap pentingnya perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah.

II. METHODS

Penelitian ini merupakan penelitian desain penelitian deskriptif untuk melihat Gambaran perseptif siswa terhadap pentingnya perilaku hidup bersih sehat di sekolah dengan pendekatan crosssectional survey. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VI berjumlah 50 siswa. Penelitian ini menggunakan total sampling dimana semua siswa dijadikan responden dalam penelitian. Untuk mengetahui bagaimana perilaku siswa dalam melaksanakan PHBS peneliti menggunakan kuesioner dengan jumlah pernyataan 15 soal. Analisa data menggunakan analisis univariat untuk mengetahui karakteristik responden dan perilaku pelaksanaan PHBS. Penelitian dilakukan mengikuti prosedur yang berlaku, mulai dari observasi dan wawancara untuk pendahuluan, penyusunan proposal, proses izin penelitian, pengambilan data di lapangan, pengolahan data, dan penyusunan laporan. Penelitian dilakukan tanpa memberikan perlakuan kepada populasi penelitian. Data penelitian diperoleh dengan cara menyebarkan instrumen kepada populasi penelitian untuk selanjutnya

dilakukan analisis data. Data yang telah di analisis disajikan dalam bentuk table distribusi yang dilengkapi dengan narasi sebagai pelengkap table.

III. RESULT

Berdasarkan hasil pengambilan data yang dilakukan dengan 50 responden diperoleh beberapa data karakteristik meliputi umur siswa, jenis kelamin dan perilaku PHBS

Tabel 1 Distribusi frekuensi anak berdasarkan umur

| Umur Anak | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|-----------|---------------|----------------|
| 11 tahun | 30 | 60 |
| 12 tahun | 20 | 40 |
| Total | 50 | 100 |

Dari table 1 menunjukkan bahwa paling banyak umur responden adalah 11 tahun yaitu 30 anak (60%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi anak berdasarkan jenis kelamin

| Jeni Kelamin | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|--------------|---------------|----------------|
| Laki – laki | 20 | 40 |
| Perempuan | 30 | 60 |
| Total | 50 | 100 |

Dari table 2 menunjukkan bahwa jenis kelamin paling banyak adalah jenis kelamin perempuan yang terdiri dari 30 responden (60%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi anak berdasarkan perilaku PBHS

| Perilaku PHBS | Frekuensi (n) | Persentase (%) |
|---------------|---------------|----------------|
| Baik | 41 | 82 |
| Kurang | 9 | 18 |
| Total | 50 | 100 |

dari table 3 menunjukkan bahwa perilaku PHBS siswa sudah baik yaitu 41 siswa (82%).

IV. DISCUSSION

Hasil analisis data menunjukkan bahwa Sebagian besar siswa berusia 11 tahun. Anak usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai healthy lifestyle dan mempromosikannya baik dalam sekolah, keluarga maupun masyarakat. Usia muda lebih mudah menerima informasi dan lebih bersifat dinamis dibandingkan usia tua, sehingga lebih mudah menerima perubahan perilaku (Taufiq, Nyorong and Riskiyani, 2013). Dari hasil penyebaran kuesioner yang telah dilakukan peneliti menunjukkan bahwa perilaku PBHS siswa sudah baik. Hal ini dikarenakan sudah ada pengetahuan atau edukasi yang diberikan kepada siswa baik dari guru maupun dari puskesmas yang berkunjung ke sekolah. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Titi sari banun, 2016 yang menunjukkan bahwa pengetahuan PHBS dan pola hidup sehat siswa di SD Tamanan Bantul secara umum berada pada kategori sedang, meskipun masih ditemukan 3 indikator pada variabel pengetahuan PHBS, yaitu menjaga kebersihan dan kerapian kuku, menjaga kebersihan mata, dan menggunakan air bersih, pada kategori rendah. Kesimpulan yang dapat diambil mengenai pengujian hipotesis adalah ada hubungan yang positif antara pengetahuan PHBS dengan pola hidup sehat siswa di SD Tamanan Bantul pada tahun ajaran 2015/2016 dengan nilai r hitung sebesar 0,320 pada proporsi signifikansi $0,00 < 0,01$, di mana nilai tersebut masuk pada kategori rendah. Rendahnya hubungan antara pengetahuan PHBS dengan pola hidup sehat siswa di SD Tamanan Bantul dikarenakan ada faktor lain yang mempengaruhi pembentukan tindakan siswa (Banun, 2016). Perilaku seseorang merupakan suatu reaksi seseorang terhadap lingkungannya baik dalam bentuk pengetahuan maupun sikap.

Pengetahuan merupakan hasil tahu dari seseorang dan ini terjadi setelah orang tersebut melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Seseorang yang mempunyai pengetahuan baik akan sesuatu hal diharapkan akan mempunyai sikap yang baik terhadap pemeliharaan lingkungan yang bersih dan sehat dalam hal ini berkaitan dengan PHBS di sekolah dasar (Zulaika and Rochmayani, 2020).

V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Sebagian besar karakteristik siswa berdasarkan umur adalah 11 tahun
2. Sebagian besar karakteristik siswa berdasarkan jenis kelamin adalah Perempuan
3. Sebagian besar perilaku PHBS siswa sudah baik.

REFERENCES

- Banun, T.S. (2016) 'Hubungan antara Pengetahuan PHBS dengan Pola Hidup Sehat Siswa di SD Tamanan', *Basic Education*, 5(14), pp. 1–378.
- Depkes (2007) *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Sehat*. Edited by K. Kesehatan and RI. Jakarta: 2007.
- Kemendikbud (2012) *Pedoman Pelaksanaan UKS di Sekolah*. Jakarta: Kemendikbud.
- Kemendikbud (2023) 'Menumbuhkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Melalui Cuci Tangan Pakai Sabun'. Available at: <https://ditpsd.kemdikbud.go.id/artikel/detail/menumbuhkan-perilaku-hidup-bersih-dan-sehat-melalui-cuci-tangan-pakai-sabun>.
- Kemenkes (2016) 'PHBS'. Available at: <https://ayosehat.kemkes.go.id/phbs>.
- Pramono, M. and Paramita, A. (2011) 'Peningkatan Pengetahuan Anak-Anak Tentang PHBS Dan Penyakit Menular Melalui Teknik Kie Berupa Permainan Elektronik', *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 14(4), pp. 311–319.
- Sari, N.I., Widjanarko, B. and Kusumawati, A. (2016) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku hidup bersih dan sehat sebagai upaya untuk pencegahan penyakit diare pada siswa di sd n karangtowo kecamatan Karangtengah Kabupaten Demak', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(3), pp. 1051–1058.
- Taufiq, M., Nyorong, M. and Riskiyani, S. (2013) 'Gambaran Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Masyarakat Di Kelurahan Parangloe Kecamatan Tamalanrea Kota Makassar'.
- Zulaika, C. and Rochmayani, D.S. (2020) 'Hubungan pengetahuan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (phbs) dengan perilaku hidup sehat siswa PMR di SDN Krapyak', *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan*, 11(2), pp. 158–161.