

## PENYULUHAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SD N WONOSRI PURWOREJO

Kori Puspita Ningsih<sup>1\*</sup>, Praptana<sup>2</sup>, Heri Hernawan<sup>3</sup>, Kuny Lutfiyatur Rohmah<sup>4</sup>,  
Binta Huwaina Akhra<sup>5</sup>, Nesya Lufi Giantini<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, [puspitakori@gmail.com](mailto:puspitakori@gmail.com)

<sup>2</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, [praptana@gmail.com](mailto:praptana@gmail.com)

<sup>3</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, [herihernawan@gmail.com](mailto:herihernawan@gmail.com)

<sup>4</sup>Fakultas Teknik dan Teknologi Informasi, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,  
[kunylutfi@gmail.com](mailto:kunylutfi@gmail.com)

<sup>5</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, [bintahuwainaakhra@gmail.com](mailto:bintahuwainaakhra@gmail.com)

<sup>6</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,  
[nesyalufigiantini@gmail.com](mailto:nesyalufigiantini@gmail.com)

\*Korespondensi: [puspitakori@gmail.com](mailto:puspitakori@gmail.com)

**ABSTRAK.** Upaya Pemerintah untuk mengubah perilaku masyarakat dilakukan melalui program pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). PHBS juga merupakan satu diantara sasaran strategis Kementerian Kesehatan dalam pemberdayaan masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia. Permasalahan yang terjadi di SD N Wonosri adalah belum optimalnya pemanfaatan media edukasi dalam meningkatkan budaya PBHS bagi perangkat sekolah maupun siswa sekolah. Oleh karena itu, perlu dilakukan Tim PKM Prodi RMIK (D-3) dan Sistem Informasi (S1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta menginisiasi untuk memberikan pendidikan masyarakat terkait PHBS di SD N Wonosri Purworejo. Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) di SDN Wonosri berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan yang baik dari kepala Sekolah SDN Wonosri. Kegiatan penyuluhan, penyediaan sarana cuci tangan dan poster edukasi mampu meningkatkan pengetahuan siswa. peningkatan pengetahuan baik sebesar 92% (dari 8% menjadi 100%). Adanya peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat meningkatkan perilaku PHBS di lingkungan sekolah SDN Wonosri. Kegiatan PKM serupa dapat dilakukan di lingkungan sekolah yang lain guna meningkatkan pengetahuan PHBS di sekolah.

**Kata kunci:** PHBS, pendidikan masyarakat, penyuluhan

**ABSTRACT.** The Government's efforts to change people's behavior are carried out through the Clean and Healthy Behavior (PHBS) coaching program. PHBS is also one of the strategic goals of the Ministry of Health in empowering communities to improve the health status of Indonesian people. The problem in SD N Wonosri is that the use of educational media is not yet optimal in improving PBHS culture for school officials and students. Therefore, it is necessary for the PKM Team of the RMIK Study Program (D-3) and Information Systems (S1) at Jenderal Achmad Yani Yogyakarta University to initiate community education regarding PHBS at SD N Wonosri Purworejo. Community Service Activities (PKM) at Wonosri Elementary School ran smoothly and received a good reception from the Wonosri Elementary School principal. Counseling activities, provision of hand-washing facilities, and educational posters can increase students' knowledge. Increase good knowledge by 92% (from 8% to 100%). This increase in knowledge is hoped to improve PHBS behavior in the SDN Wonosri school environment. Similar PKM activities can be carried out in other school environments to increase PHBS knowledge..

**Keywords:** Clean and Healthy, community education, outreach

### PENDAHULUAN

Upaya Pemerintah untuk mengubah perilaku masyarakat dilakukan melalui program pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang

keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (Kemenkes RI 2011). PHBS juga merupakan satu diantara sasaran strategis Kementerian Kesehatan dalam pemberdayaan masyarakat

untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia (Kemenkes 2020).

Pemberdayaan masyarakat dalam program PHBS harus dimulai dari rumah tangga atau keluarga, karena rumah tangga yang sehat merupakan asset atau modal pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Beberapa anggota rumah tangga mempunyai masa rawan terkena penyakit menular dan penyakit tidak menular, oleh karena itu untuk mencegah penyakit tersebut, anggota rumah tangga perlu diberdayakan untuk melaksanakan PHBS (Andriansyah and Rahmantari 2013). Oleh karena itu keluarga melalui kader Pemberdayaan Kesejahteraan Keluarga (PKK) perlu dibekali pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) untuk menghadapi masa new normal. Kegiatan promosi gaya hidup sehat merupakan langkah efektif untuk menurunkan angka kematian (Loef and Walach 2012).

Seiring meredanya kasus kasus Covid-19 dan berlakunya new normal, Pemerintah masih berupaya cukup protektif untuk menjaga kesehatan masyarakat Indonesia dengan menggunakan masker. Edukasi perilaku ber-PHBS, etika batuk, langkah cuci tangan yang benar dan protokol kesehatan lain secara paralel akan diberikan oleh perangkat desa dan kader PKK kepada masyarakat melalui forum pertemuan di dusun cukup efektif dilakukan melalui kegiatan PKM (Ningsih.etall 2020). Tentunya upaya tersebut harus didukung juga dengan budaya PHBS. Untuk meningkatkan budaya PHBS, diperlukan pendidikan kesehatan masyarakat harus betul-betul didasarkan pada bukti ilmiah. Pembinaan PHBS telah dilaksanakan oleh Kementerian Kesehatan sejak tahun 1996. PHBS adalah sekumpulan perilaku yang dipraktekan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat (JohanaTomasoa 2018; Kemenkes RI 2011; Nurhajati 2017).

Permasalahan yang terjadi di SD N Wonosri adalah belum optimalnya pemanfaatan media edukasi dalam meningkatkan budaya PBHS bagi perangkat

sekolah maupun siswa sekolah. Dalam lingkup manajemen informasi kesehatan, pendidikan kesehatan terkait menjadi bagian penting dalam peningkatan pengetahuan. Pendidikan kesehatan merupakan bagian upaya preventive dan promotive dalam peningkatan perilaku PHBS di sekolah (Kusumawardani and Saputri 2020). hal ini juga diperkuat oleh bahwa melalui pendidikan kesehatan mampu meningkatkan perilaku sehat (Apriany 2013; Dehdari T, Rahimi T, Aryaeian N 2016).

Oleh karena itu, perlu dilakukan Tim PKM Prodi RMIK (D-3) dan Sistem Informasi (S1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta menginisiasi untuk memberikan pendidikan kesehatan terkait PHBS yang berjudul “Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Berbasis Digital Di SD N Wonosri Purworejo” yang dilaksanakan tahun 2023. Dengan adanya pelatihan tersebut, diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan budaya PHBS di lingkungan SD N Wonosri.

## METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini menggunakan metode pendidikan masyarakat, dimana dilakukan kegiatan penyuluhan yang dilakukan untuk meningkatkan pemahaman siswa terkait perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. Mitra pada PKM ini adalah masyarakat non-profit yaitu SD N Wonosri Purworejo, Jawa Tengah. Peran mitra pada kegiatan PKM ini sebagai penyedia lahan, mengkoordinir waktu pelaksanaan dengan guru dan siswa SD N Wonosri Purworejo.

Bahan atau materi yang digunakan pada kegiatan ini materi mengenai PHBS dan *mental health*. *Handout* materi diberikan kepada seluruh staff yang hadir saat pelatihan. Kegiatan PKM lain yang dilakukan di wilayah Sleman ini menggunakan handout dan buku saku PHBS sebagai bahan materi diskusi penyuluhan yang diberikan kepada seluruh warga yang hadir pada saat penyuluhan (Ningsih.etall 2020).

### 1. Prosedur pelaksanaan kegiatan

#### a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan yang dilakukan adalah studi pendahuluan dengan wawancara kepada kepala sekolah SD N Wonosri

untuk mengetahui permasalahan kesehatan masyarakat. Setelah itu, tim mulai merumuskan masalah kemudian menyusun proposal Pengabdian Kepada Masyarakat. Selanjutnya tim memohon izin untuk memberikan penyuluhan kepada Kepala sekolah SD N Wonosri dan mengatur jadwal kegiatan penyuluhan. Kegiatan selanjutnya, tim menyusun materi untuk kegiatan penyuluhan.

b. Tahap Pelaksanaan.

Kegiatan pengabdian diawali berkoordinasi dengan kepala sekolah SD N Wonosri. Dalam kegiatan terbagi menjadi 4 kegiatan yang diawali pretest, dengan memberikan pelatihan, dilanjutkan dengan memberikan video animasi sebagai media edukasi PHBS dan diakhiri dengan refleksi serta post test.

c. Pembuatan Laporan

Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan, kemudian dibuat laporan dan evaluasi terhadap kegiatan tersebut.

Melalui kegiatan ini, Prodi RMIK (D-3) dan Sistem Informasi (S1) Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta berperan aktif kepada masyarakat untuk terciptanya pemahaman baru dan ketrampilan yang baik mengenai pentingnya budaya PHBS di lingkungan sekolah untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Dalam kegiatan ini, evaluasi akan diadakan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan. Berdasarkan hasil evaluasi tersebut akan diketahui apakah kegiatan pengabdian ini berjalan efektif dan efisien.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Koordinasi kegiatan penyuluhan dilaksanakan pada hari Sabtu, tanggal 13 Mei 2022, Mahasiswa melakukan koordinasi secara langsung dengan pihak sekolah agar penyuluhan dapat dilaksanakan. Penyuluh kemudian berdiskusi dengan kepala sekolah untuk melaksanakan penyuluhan mengenai PHBS dan *Mental Health*. Selanjutnya koordinasi dilakukan melalui aplikasi WhatsApp dengan wali kelas 6.

Kegiatan penyuluhan dimulai pada pukul 08.40 WIB dan diterima langsung oleh Ibu kepala sekolah SD N Wonosri, selanjutnya Tim PKM mempersiapkan alat untuk

penyuluhan, diruang kelas yang menjadi tempat penyuluhan sudah difasilitasi oleh *microphone*, *speaker*, LCD Proyektor dan layar untuk penayangan sehingga penyuluh hanya perlu meyendiakan laptop, slide, dan video. Slide power point dan video penyuluh ditayangkan dengan LCD untuk mempermudah pemaparan. Pukul 09.30 siswa siswi kelas 6 sudah berkumpul di dalam kelas untuk mengikuti penyuluhan. Pertama tama TIM PKM mengadakan perkenalan terlebih dahulu kepada peserta penyuluhan. Sebelum pemberian materi dilakukan sambutan dibuka oleh ibu kepala sekolah (gambar 1), dilanjutkan dengan wali kelas 6 (gambar 2).



Gambar 1. Sambutan Kepala Sekolah SD Wonosri



Gambar 2. Sambutan dari wali kelas 6 SD Wonosri

Selanjutnya penyuluh memberikan materi dengan slide yang diawali penjelasan tentang *mental health* dan selanjutnya pemberian *post test* kepada siswa dan dilanjutkan dengan *ice breaking* agar siswa siswi tidak jenuh. Kemudian setelah *ice breaking* selesai, pemberian materi PHBS

kepada siswa dan dilanjut pemberian *post test* Kembali. setelah pemberian materi selesai dilakukan tanya jawab kepada siswa beserta pemberian *doorprize* kepada siswa yang aktif dan mampu menjawab *post test* dari penyuluh (gambar 3).



Gambar 3. Pelaksanaan Post Test

Guna mendukung implementasi PHBS di SD Wonosri maka Tim PKM memberikan poster (gambar 3) di beberapa titik strategis lingkungan SD Wonosri (gambar 4). Poster dan leaflet menjadi media efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan dalam kegiatan PKM PHBS pada anak sekolah (Nurmahmudah, Puspitasari, and Agustin 2018)



Gambar 4. Poster Cara Cuci Tangan



Gambar 5. Penempelan Poster

Sebelum kegiatan ditutup dilakukan evaluasi padapeserta dengan cara membagikan kuesioner yang sama dengan kuesioner pretest. Evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta sebelum dan sesudah diberikan materi. Pengukuran peningkatan pengetahuan dilakukan karena pengetahuan merupakan bagian vital yang dapat membentuk perilaku seseorang. Hal ini senada dengan penelitian (Srigley JA, Cho SM, O'Neill C, Bialachowski A, Ali RA, Lee C 2020) bahwa pengetahuan yang baik akan meningkatkan kesehatan anak pada usia sekolah melalui pembentukan sikap dan ketrampilan. Oleh karena itu diperlukan pengukuran pre dan post pengetahuan guna menilai peningkatan pengetahuan setelah dilakukan intervensi kegiatan penyuluhan PHBS.

Metode penilaian pre test dan post test juga dilakukan oleh (Nurmahmudah et al. 2018) dalam kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di TK Ajl-Fadhiilah dan siswa-siswi SDN Cibangunkidul guna meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa dalam mempraktekkan PHBS.

Hasil Pretest kegiatan PKM menunjukkan hanya 8% responden memiliki pengetahuan baik, sedangkan 48% responden memiliki pengetahuan cukup (tabel 1). Adanya pengetahuan yang rendah terkait PHBS karena kurangnya informasi, tingkat pendapatan, tingkat pendidikan dan tingkat pengetahuan orang tua yang rendah pula (Kusumawardani and Saputri 2020).

Tabel 1. Distribusi Frekwensi Tingkat Pengetahuan (Pre Test)

No	Tingkat Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1	Baik	2	8
2	Cukup	12	48
3	Kurang	11	44
	Jumlah	25	100

Sumber: Data Primer, 2021

Hasil Posttest menunjukkan 100% responden memiliki pengetahuan baik (tabel 2).

Tabel 2. Distribusi Frekwensi Tingkat Pengetahuan (Post Test)

No	Tingkat Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1	Baik	25	100
2	Cukup	0	0
3	Kurang	0	0
	Jumlah	25	100

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan data diatas dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswa mengenai PHBS dan *mental health* sebagian besar dalam kategori baik (100%). Hasil penelitian (Putri 2017) bertujuan untuk mendeskripsikan PHBS siswa SD 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang tahun 2014 menyarankan agar sekolah mengoptimalkan PHBS melalui program Unit Kesehatan Sekolah (UKS). Penelitian (Kusumawardani and Saputri 2020) yang dilakukan di SD Purworejo juga menunjukkan adanya pengetahuan yang rendah, sehingga diharapkan dapat menjadi dasar dalam menyusun program pengembangan anak sekolah sebagai upaya pencegahan primer.

Kegiatan PKM ini diharapkan dapat mendukung perubahan perilaku PHBS siswa. Faktor yang mempengaruhi derajat kesehatan adalah faktor lingkungan, penduduk, pelayanan kesehatan dan perilaku, dimana faktor perilaku tersebut berkaitan dengan sikap dan gaya hidup seseorang (Kori Puspita Ningsih, Ida Untari, Ahmadi et al 2022)

## SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat di SDN Wonosri berjalan dengan lancar dan mendapat sambutan yang baik dari kepala Sekolah SDN Wonosri. Kegiatan penyuluhan, penyediaan sarana cuci tangan dan poster edukasi mampu meningkatkan pengetahuan siswa. peningkatan pengetahuan baik sebesar 92% (dari 8% menjadi 100%). Adanya peningkatan pengetahuan ini diharapkan dapat meningkatkan perilaku PHBS di lingkungan sekolah SDN Wonosri. Kegiatan PKM serupa dapat dilakukan di lingkungan sekolah yang lain guna meningkatkan pengetahuan PHBS di sekolah.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kami ucapkan kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta yang telah mendukung kegiatan PKM ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriansyah, Yuli, and Desi Natalia Rahmantari. 2013. "Penyuluhan Dan Praktik Phbs ( Perilaku Hidup Bersih." *Inovasi Dan Kewirausahaan* 2(1):45–50.
- Apriany, Dyna. 2013. "Hubungan Antara Hospitalisasi Anak Dengan Tingkat Kecemasan Orang Tua." *Jurnal Keperawatan Soedirman* Vol. 8(No. 2):92–104.
- Dehdari T, Rahimi T, Aryaeian N, Gohari MR. 2016. "Effect of Nutrition Education Intervention Based on Pender's Health Promotion Model in Improving the Frequency and Nutrient Intake of Breakfast Consumption among Female Iranian Students." *Public Health Nutr* 17(3):657–666.
- JohanaTomasoa. 2018. "Pengetahuan Dan Kegiatan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Keluarga Di Kelurahan Panaikang Kecamatan Panakukang Kota Makassar 2016." *Global Health Science* 3(4):339–45.

Kemenkes. 2020. "Pokok-Pokok Renstra

- Kemenkes 2020-2024.” *Pokja Renstra Kemenkes 2020-2024* 1–40.
- Kemenkes RI. 2011. *Peraturan Menteri Kesehatan Nomor: 2269/Menkes/Per/XI/2011 Tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS)*. Jakarta.
- Kori Puspita Ningsih, Ida Untari, Ahmadi, Eka Putri Rahayu et al. 2022. *Dasar-Dasar Kesehatan Masyarakat*. Sukoharjo: Penerbit Pradina Pustaka.
- Kusumawardani, Lita Heni, and Arindi Ayuanita Saputri. 2020. “Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Keterampilan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS) Pada Anak Usia Sekolah.” *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia* 10(02):31–38. doi: 10.33221/jiiki.v10i02.514.
- Loef, Martin, and Harald Walach. 2012. “The Combined Effects of Healthy Lifestyle Behaviors on All Cause Mortality: A Systematic Review and Meta-Analysis.” *Preventive Medicine* 55(3):163–70. doi: 10.1016/j.ypmed.2012.06.017.
- Ningsih.etall. 2020. “Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Dalam Rangka Menyambut Era New Normal.” *Jurnal APTKEMAS* 5:16–20.
- Nurhajati, Nunun. 2017. “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat.” *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education* 1–18.
- Nurmahmudah, Endah, T. Puspitasari, and I. T. Agustin. 2018. “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah.” *ABDIMAS: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1(2):46–52. doi: 10.35568/abdimas.v1i2.327.
- Putri, Henrico. 2017. “Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat ( Phbs ) Siswa Di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang.” *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education* 4(1):92–103.
- Srigley JA, Cho SM, O’Neill C, Bialachowski A, Ali RA, Lee C, Mertz D. 2020. “Hand Hygiene Knowledge, Attitudes, and Practices among Hospital Inpatients: A Descriptive Study.” *Am J Infect Control* 48(5):507–10. doi: 10.1016/j.ajic.2019.11.020.