PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN SISWA TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA KELAS 6 DI SDN JUBUNG 03

Cahya Tribagus Hidayat¹, Haries Tri Widodo², Yoris Abdul Lathif³, Uslimatul Hasanah⁴,
Siti Mufikatus Solehah⁵, Devian Ayu Putriantari⁶, Sonea Ulfiyatin⁷, Sitti Syarifah⁸, Novita
Elisa⁹

cahyabagus60@gmail.com¹, hariestriwidodo@gmail.com², yorisgolkar@gmail.com³,
uslimatul@gmail.com⁴, fikasholehah21@gmail.com⁵, devianayuputriantari@gmail.com⁶,
sonea.ulfiyatin.110@gmail.com⁷, syarifah2743@gmail.com⁸, novitaelisa2003@gmail.com⁹

Universitas Muhammadiyah Jember

ABSTRAK

Pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan pengetahuan anak-anak tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh intervensi pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswa mengenai PHBS di SDN Jubung 3. Metode yang digunakan adalah pre-test dan post-test dengan desain pre-eksperimental pada siswa kelas VI. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan siswa setelah intervensi, dengan perbedaan bermakna antara skor pre-test dan post-test. Pendidikan kesehatan terbukti efektif dalam mempromosikan perilaku sehat di kalangan siswa, yang diharapkan menjadi kebiasaan berkelanjutan. Disarankan agar pemerintah terus mendukung anak-anak tentang PHBS melalui media sosial secara rutin untuk meningkatkan kesadaran kesehatan di kalangan pelajar.

Kata Kunci: PHBS, Pendidikan Kesehatan, Pengetahuan.

ABSTRACT

Health education plays an important role in improving children's knowledge about clean and healthy living behavior (PHBS). This study aims to determine the effect of health education interventions on students' knowledge of PHBS at SDN Jubung 3. The method used was a pre-test and post-test with a pre-experimental design on grade VI students. Data were collected through questionnaires and analyzed using the Wilcoxon test. The results showed a significant increase in students' knowledge after the intervention, with a significant difference between pre-test and post-test scores. Health education has been shown to be effective in promoting healthy behavior among students, which is expected to become a sustainable habit. It is recommended that the government continue to educate children about PHBS through social media regularly to increase health awareness among students.

Keywords: PHBS, Health Education, Knowledge.

PENDAHULUAN

Perilaku hidup bersih dan sehat atau yang sering kita dengar dengan sebutan PHBS merupakan perilaku kesehatan yang dilakukan oleh kesadaran dari hasil pembelajaran seseorang atau keluarga yang akan menjadikan pribadi yang mampu menolong diri sendiri dalam bidang kesehatan agar dapat berperan aktif dalam masyarakat guna menciptakan derajat kesehatan yang setinggi-tingginya (Anhusadar & Islamiyah, 2020). Tujuan dari PHBS merupakan upaya untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan, maupun kemampuan masyarakat untuk hidup bersih dan sehat, kemudian untuk meningkatkan peran serta aktif masyarakat termasuk dunia usaha dalam upaya mewujudkan derajat kesehatan yang optimal (Khoiriah & Latifah, 2021).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 mengemukakan, data anak usia 10-14 tahun di Indonesia menerapkan perilaku menyikat gigi setiap hari rata-rata persentase 94,7%, cuci tangan yang benar dengan rata-rata 49,8%, perilaku BAB dengan benar rata-rata 88,2%. Hasil penjabaran pada tiap provinsi di Indonesia memiliki angka prevalensi perilaku kesehatan yang berbeda, salah satunya provinsi Jawa Timur menunjukkan, perilaku menyikat gigi setiap hari rata-rata persentase 95%, perilaku mencuci tangan yang benar rata-rata persentase 50,70%, perilaku BAB yang benar rata-rata persentase 89%, kebiasaan mengonsumsi makanan tidak sehat pada anak usia 10-14 tahun rata-rata persentase 34,8%, proporsi umur pertama merokok pada anak usia 10-14 tahun rata-rata persentase 97,07%, dan kebiasaan aktivitas fisik rata-rata persentase 60,8%. Data tersebut menunjukkan masih kurangnya PHBS pada anak usia 10-14 tahun terutama pada kebiasaan mencuci tangan dengan benar sebanyak 50%, mengonsumsi jajanan tidak sehat 35%, kebiasaan merokok sebesar 97%, dan kebiasaan aktivitas fisik hanya 60% (Kemenkes RI, 2018).

Indikator penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah antara lain dengan mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, dan membuang sampah pada tempatnya (Muhani et al., 2022). Selanjutnya untuk memastikan anak agar mau mengubah kebiasaan ke arah yang sehat maka diperlukan usaha, salah satunya melalui pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan pada anak sangat penting dalam membentuk perilaku sehat sejak usia dini. Beberapa tahun terakhir terdapat penurunan perhatian terhadap pendidikan kesehatan pada anak. Faktor seperti kurangnya pemahaman tentang pentingnya pendidikan kesehatan bagi anak, kurangnya sumber daya yang tersedia, serta pergeseran fokus pada aspek pendidikan lainnya telah menyebabkan rendahnya tingkat pemenuhan kebutuhan pendidikan kesehatan pada anak (Kubb & Foran, 2020).

Pendidikan kesehatan memainkan peran penting dalam mempromosikan kesejahteraan dan perkembangan anak-anak di sekolah dasar. Dengan memberikan pendidikan kesehatan yang komprehensif, anak-anak dapat dibekali dengan dengan pengetahuan, keterampilan, dan sikap yang diperlukan untuk membuat keputusan tentang kesehatan mereka dan menjalani gaya hidup yang lebih sehat. Berdasarkan pembahasan tersebut, Mahasiswa Profesi Ners A15 Universitas Muhammadiyah Jember kemudian memutuskan untuk melakukan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan bagi siswa SDN Jubung 3, sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan siswa, sekaligus mendorong perubahan perilaku hidup bersih dan sehat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan metode pre-test dan post-test. Sampel terdiri dari siswa kelas VI di SDN Jubung 3. Kuesioner yang digunakan berisi 10 item pertanyaan terkait PHBS, yang mencakup aspek-aspek seperti mencuci tangan, pola makan sehat, dan kebersihan lingkungan.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian Pre Experimental dengan rancangan one-group pre-test post-test design dimana tingkat pengetahuan anak sekolah mengenai PHBS diukur sebelum dan setelah diberikan perlakuan berupa pendidikan kesehatan. Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah seluruh siswa kelas VI SDN Jubung 03. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling yaitu pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

Analisis data terdiri dari univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Kuesioner dibuat dalam bentuk multiple choice mengenai PHBS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Usia.

Usia	Jumlah	Persentase %
11 Tahun	1	6,25
12 Tahun	13	81,25
13 Tahun	2	12,5
Total	16	100.0

Berdasarkan Tabel 1, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berusia 12 tahun sebanyak 13 orang atau 81,25% dari total responden.

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin.

Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase %
Laki-laki	10	62,5
Perempuan	6	37,5
Total	16	100.0

Berdasarkan Tabel 2, menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah laki-laki, dengan jumlah 10 orang atau 62,5% dari total responden. Sementara itu, responden perempuan berjumlah 6 orang, yang setara dengan 37,5% dari total responden.

Tabel 3. Distribusi Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan tentang PHBS.

Variabel	Mean	Median	SD	Min-Max
<i>Pre-test</i>	52,50	60	24,900	10-90
<i>Post-test</i>	60,62	65	21,747	30-100

Tabel 3 menunjukkan nilai rata-rata pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan PHBS adalah 52,50 (SD = 24,900). Skor minimal adalah 10 dan skor maksimal adalah 90. Sedangkan nilai rata-rata pengetahuan setelah diberikan pendidikan kesehatan PHBS adalah 60,62 (SD = 21,747). Skor minimal adalah 30 dan skor maksimal adalah 100.

Tabel 4. Perbedaan Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pendidikan Kesehatan.

	Pre-Post
Z	-3,127
<i>Asymp. Sig (2-tailed)</i>	0,002

Tabel 4 Berdasarkan uji statistik dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan nilai Z sebesar -3,127 dengan nilai *Asymp. Sig (2-tailed)* sebesar 0,002, maka H0 ditolak dan H1 diterima dengan demikian ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

PEMBAHASAN

Dari segi pengetahuan, terjadi peningkatan setelah intervensi pendidikan kesehatan. Sebelum pendidikan diberikan, pengetahuan responden berada pada tingkat yang cukup beragam, dengan beberapa responden memiliki pengetahuan yang sangat rendah. Setelah intervensi, peningkatan pengetahuan terlihat jelas, yang menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan berhasil menjangkau mereka yang sebelumnya kurang paham tentang topik tersebut. Program ini menunjukkan dampak yang signifikan dalam meningkatkan pengetahuan, dengan responden yang sebelumnya memiliki pengetahuan terbatas mengalami peningkatan pemahaman yang cukup besar.

Edukasi diperlukan untuk meningkatkan pengetahuan seseorang, sehingga pengetahuan akan mudah diingat. Hal ini sesuai dengan teori yang menjelaskan bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (*overt behavior*) (Notoadmodjo, 2012).

Hal tersebut membuktikan bahwa pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih sehat lebih baik sesudah dilakukan pendidikan kesehatan tentang PHBS dibandingkan dengan pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat sebelum dilakukan pendidikan kesehatan. Karena pendidikan kesehatan adalah segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan kesehatan (Notoadmodjo, 2012).

Menurut Sarwono (2014) pengetahuan adalah elemen-elemen kognitif, yaitu berkaitan dengan dirinya sendiri, tingkah laku, dan keadaan sekitarnya. Dengan adanya pengetahuan yang diperoleh siswa SD setelah dilakukan kegiatan edukasi tentang PHBS maka akan berdampak pada perubahan tingkah laku sesuai pengetahuan yang dimilikinya. Perubahan tingkah laku kearah positif dalam hal PHBS ini akan terus menerus menjadi kebiasaan sejak dibangku Sekolah Dasar hingga mereka dewasa (Yunika et al., 2022).

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Sragen kabupaten Sukoharjo menunjukkan ada pengaruh edukasi terhadap perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas 4-6 Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Sragen Kabupaten Sukoharjo dengan nilai $p = 0,000 < 0,05$ (Sulistiyani et al., 2020). Hasil ini juga sejalan dengan penelitian Rusdyana (2019), menunjukkan ada Pengaruh Edukasi terhadap Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) siswa kelas V SDN Cindai Slus 1 kabupaten Banjar dengan Uji T menunjukkan nilai probabilitas 0,000 ($\text{sig} < 0,05$) atau H_0 diterima.

Peningkatan pengetahuan siswa setelah intervensi pendidikan kesehatan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) menunjukkan bahwa edukasi memiliki peran penting dalam membentuk pemahaman yang lebih baik mengenai perilaku kesehatan. Sebelum intervensi, banyak siswa yang masih kurang memahami pentingnya menjaga kebersihan, namun setelah mendapatkan pengetahuan, terjadi perubahan yang signifikan. Hal ini membuktikan bahwa program pendidikan kesehatan mampu mengubah pemahaman dan perilaku siswa secara positif. Dengan pengetahuan yang lebih baik, siswa dapat menginternalisasi perilaku hidup bersih sebagai kebiasaan yang berkelanjutan, sesuai dengan teori bahwa pengetahuan mempengaruhi tindakan. Oleh karena itu, pendidikan kesehatan harus terus diperkuat di lingkungan sekolah untuk membentuk generasi yang lebih sadar akan pentingnya menjaga kebersihan

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terdapat perbedaan yang bermakna antara skor sebelum penyuluhan dengan skor setelah penyuluhan, sehingga disimpulkan ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa kelas 6 di SDN Jubung 03 dengan nilai $p = 0,002 < 0,05$. Disarankan kepada pemerintah untuk tetap melakukan edukasi PHBS dengan memanfaatkan media sosial yang bersifat rutin dan berkelanjutan untuk meningkatkan pengetahuan anak lain tentang PHBS.

DAFTAR PUSTAKA

- Anhusadar, L., & Islamiyah, I. (2020). Penerapan perilaku hidup bersih dan sehat Anak Usia Dini di tengah pandemi Covid 19. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(1), 463–475.
- Kemendes RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In Lembaga Penerbit Balitbangkes.
- Khoiriah, A., & Latifah, L. (2021). Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Dan Siswi Kelas Vi Di Smp Negeri 31 Palembang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kebidanan*, 3(1), 12. <https://doi.org/10.26714/jpmk.v3i1.6854>
- Kubb, C., & Foran, H. M. (2020). Online health information seeking by parents for their children: systematic review and agenda for further research. *Journal of Medical Internet Research*, 22(8), e19985.
- Muhani, N., Febriani, C. A., Yanti, D. F., Rahmah, A., Rafika, E., Sari, F. A., Yusuf, G. G., Rudi, R. O., & Pratiwi, Y. A. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Tatanan Sekolah Di 01 Langkapura. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*, 4(1), 27–38.
- Notoadmodjo, S. (2012). Promosi Kesehatan & Prilaku Kesehatan. In Jakarta: EGC.
- Rusdyana. (2019). Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Kelas V Sdn Cindai Alus 1 Kabupaten Banjar. *Jurnal Wahana-Bio*, 19, 1–9.
- Sulistiyani, Suhandinata, F., & Rezi, A. H. (2020). Pengaruh Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Terhadap Tingkat Pengetahuan Pada Siswa Madrasah Ibtidaiyah Muhammadiyah Sragen. *Proceeding Book Call for Paper Thalamus: Medical Research For Better Health In Pandemic*, 111–116.
- Yunika, R. P., Al Fariqi, M. Z., Cahyadi, I., Yunita, L., & Rahmiati, B. F. (2022). Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap Tingkat Pengetahuan pada Yayasan Jage Kestare. *Karya Kesehatan Siwalima*, 1(1), 28–32. <https://doi.org/10.54639/kks.v1i1.735>