

Edukasi Kesehatan Pola Hidup Bersih dan Sehat dalam Peningkatan Pengetahuan Siswa di SD Negeri 001 Batam Kota

T.Eltrikanawati¹, Roza Erda², Mawardi Badar³

^{1,2,3} Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: T.Eltrikanawati

E-mail: eltryikha@gmail.com

Abstrak

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kesehatan tentang perilaku pola hidup bersih dan sehat, khususnya kepada anak-anak usia dini di SD Negeri 001 Batam Kota agar dapat menjadi perilaku dan dilaksanakan pada kehidupan sehari-hari. Kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode berupa pemberian edukasi kesehatan dalam bentuk penyampaian materi dengan topik pola hidup bersih dan sehat menggunakan media alat peraga dan leaflet bergambar yang diberikan kepada siswa berjumlah 70 orang siswa, sehingga materi yang disampaikan mudah untuk dipahami. Adapun, kesimpulan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah pemberian edukasi kesehatan efektif dalam meningkatkan pengetahuan siswa-siswi SD Negeri 001 Batam Kota tentang pengetahuan pola hidup bersih dan sehat dengan menggunakan beberapa media pembelajaran siswa, sehingga pola hidup bersih dan sehat dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari dan menjadi agen perilaku kesehatan di lingkungan sekolah.

Kata kunci : Edukasi kesehatan, Perilaku, Pola Hidup Bersih dan Sehat, siswa

Abstract

The implementation of this community service activity aims to provide health education about clean and healthy lifestyle behaviors, especially for young children at SD Negeri 001 Batam City so that they can become behaviors and implement them in everyday life. This community service activity uses a method in the form of providing health education in the form of delivering material on the topic of a clean and healthy lifestyle using media visual displays and illustrated leaflets given to participants, so that the material presented is easy to understand. Meanwhile, the conclusion in the implementation of this community service activity is that the provision of effective health education can increase the knowledge of SD Negeri 001 Batam City students about knowledge of clean and healthy lifestyles by using several student learning media, so that a clean and healthy lifestyle can be applied in daily life, and become agents of health behavior in the school environment.

Keywords : Health Education, Behavior, Clean and Healthy Lifestyle, student

PENDAHULUAN

Peningkatan kesehatan merupakan salah satu upaya pembangunan dalam tercapainya kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi seluruh masyarakat dalam menciptakan derajat kesehatan yang optimal. Pelaksanaan pembangunan kesehatan dapat diwujudkan kedalam bentuk pencegahan penyakit, peningkatan kesehatan, pengobatan penyakit, serta pemulihan kesehatan oleh pemerintah dan masyarakat yang dilaksanakan secara terpadu, terintegrasi, dan berkesinambungan (Kemenkes, 2022).

Salah satu upaya dalam mewujudkan hal tersebut adalah dengan dilaksanakannya edukasi kesehatan terkait perilaku pola hidup bersih dan sehat dalam lingkungan sekolah, keluarga, maupun masyarakat. Pola hidup bersih dan sehat merupakan suatu pola perilaku yang dapat dipraktikkan sebagai hasil pembelajaran. Perilaku pola hidup bersih dan sehat merupakan langkah untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat dalam lingkungan sekolah demi menciptakan lingkungan sekolah yang sehat. Berdasarkan (Salim et al., 2022), dengan dilaksanakannya kegiatan edukasi kesehatan tentang Perilaku hidup bersih dan sehat menyimpulkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang perilaku hidup bersih dan sehat sebesar 57%. Adapun berdasarkan (Taryatman, 2022), menyatakan bahwa dalam pendidikan pentingnya pembangunan karakter khususnya pada siswa sebagai upaya terbentuknya generasi muda yang berkarakter, sehingga diharapkan dapat terbentuknya siswa yang memiliki karakter pola hidup bersih dan sehat.

Berdasarkan wawancara dan observasi pada pihak Sekolah Dasar (SD) Negeri 001 Batam Kota, ditemukan bahwa pemahaman siswa tentang perilaku pola hidup bersih dan sehat masih kurang seperti adanya kebiasaan siswa yang mencuci tangan tidak menggunakan sabun, tidak sikat gigi, bahkan jarang mandi ketika pergi ke sekolah. Berdasarkan hal tersebut, perlu dilakukannya kegiatan pengabdian masyarakat khususnya pada siswa-siswi Sekolah Dasar dalam bentuk pemberian edukasi kesehatan tentang pola hidup bersih dan sehat. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa-siswi dalam menerapkan pola hidup bersih dan sehat.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah berupa edukasi kesehatan yang dilaksanakan di SD Negeri 001 Batam Kota, yang dimulai pada pukul 07.30 wib s/d selesai. Metode kegiatan yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat ini berupa : pertama tahap perencanaan : (a) melakukan analisis situasi dan perizinan, menggali informasi dan menganalisis masalah pola hidup bersih dan sehat yang ada di sekolah. Kemudian melakukan koordinasi dengan pihak sekolah dengan membuat kesepakatan agar edukasi kesehatan dapat dilaksanakan. Kesepakatan tersebut meliputi materi yang disampaikan, rencana waktu pelaksanaan kegiatan, dan peserta yang mengikuti kegiatan. (b) Menyiapkan perlengkapan yang diperlukan saat kegiatan seperti *leaflet*, mikropon, *speaker*, kuesioner *pre test* dan *post test*, berita acara, daftar hadir peserta, dan kamera untuk dokumentasi kegiatan. (c) Menyiapkan materi. Tim pengabdian masyarakat mencari referensi dalam mempersiapkan materi yang akan diberikan kepada siswa-siswi yang diperoleh melalui internet berupa jurnal dan buku. Selanjutnya, bahan materi tersebut dirangkum dalam bentuk media *leaflet* dan alat peraga. Kedua tahap pelaksanaan : (1) Perkenalan dengan menyebutkan nama masing-masing tim

pengabdian masyarakat dengan menggunakan mikropon dan *speaker*, sekaligus kontrak waktu kegiatan kepada peserta. Sebelum memulai materi, peserta diberikan *pre test* yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan awal siswa-siswi. (2) Melakukan pemberian edukasi kesehatan berupa materi pola hidup bersih dan sehat yang ditujukan kepada siswa-siswi kelas V (lima) dan VI (enam) dengan menggunakan media edukasi berupa *leaflet* dan alat peraga contoh makanan yang sehat dan bergizi. (3) Melakukan *post test* setelah pemberian materi pada peserta kegiatan. Ketiga Tahap Evaluasi, yang bertujuan untuk mengetahui efektifitas kegiatan pengabdian masyarakat terkait edukasi kesehatan pola hidup bersih dan sehat pada siswa-siswi di sekolah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah dilaksanakan di lapangan SD Negeri 001 Batam Kota pada tanggal 21 Mei 2023 yang dimulai pada pukul 07.30 wib. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan tersebut sebanyak 70 siswa yang dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut :

Tabel 1.
Jumlah Siswa

Kelas	Jumlah Siswa
V	30
VI	40

Berdasarkan hasil tabel 1, jumlah siswa kelas V sebanyak 30 siswa dan jumlah siswa kelas VI sebanyak 40. Total peserta dalam edukasi kesehatan ini sebanyak 70 siswa.

Tabel 2.
Hasil Tes tentang Pengetahuan Pola Hidup Bersih dan Sehat

Kegiatan	Jumlah Siswa	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
Sebelum Edukasi	30	Menjawab Benar : 5 Menjawab Salah : 25	Menjawab Benar : 28 Menjawab Salah : 2
Setelah Edukasi	40	Menjawab Benar : 7 Menjawab Salah : 33	Menjawab Benar : 37 Menjawab Salah : 3

Berdasarkan hasil tes tabel 2 diatas melalui kegiatan edukasi ini diketahui bahwa setelah siswa diberi edukasi kesehatan mengalami peningkatan pemahaman siswa kelas V dan VI di SD Negeri 001 Batam Kota. Berdasarkan tabel tersebut pada siswa kelas V diketahui bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan jumlah yang menjawab benar sebanyak 5 orang siswa, dan setelah dilakukan edukasi tentang pola hidup bersih dan sehat meningkat jumlah yang menjawab benar sebanyak 28 orang siswa. Sedangkan, siswa kelas VI diketahui bahwa sebelum dilakukan edukasi kesehatan jumlah yang menjawab benar sebanyak 7 orang siswa, dan setelah dilakukan edukasi meningkat yang menjawab benar menjadi sebanyak 37 orang siswa. Berdasarkan hasil tersebut, maka dapat disimpulkan edukasi yang diberikan dalam kegiatan tersebut cukup efektif dalam upaya peningkatan pengetahuan siswa-siswi SD Negeri Batam Kota terkait pengetahuan pola hidup bersih dan sehat.

Hasil ini sesuai dengan temuan yang dilakukan (Basri, 2022) yang menyatakan bahwa pengetahuan siswa sekolah dasar mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyampaian edukasi kesehatan tentang perilaku pola hidup bersih dan sehat. Hal yang sama juga disimpulkan (Salim et al., 2022) menyatakan adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman kepada peserta edukasi setelah dilakukan edukasi kesehatan tentang perilaku pola hidup bersih dan sehat sebesar 57%. Indikator keberhasilan peningkatan pengetahuan setelah edukasi yaitu dengan peserta edukasi dapat menjawab atau menyampaikan kembali materi yang diperoleh melalui edukasi tersebut (Meiwanda et al., 2022). Selain itu, dengan menerapkan dan melestarikan pola hidup yang bersih dan sehat diharapkan masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang sehat sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup setinggi-tingginya (Nopiyanto et al., 2021).

Terbentuknya suatu perilaku hidup yang bersih dan sehat membutuhkan peran serta orang dewasa, teman sebaya, dan lingkungan. Hal ini menunjukkan bahwa perlu adanya menanamkan perilaku positif dan sikap optimis (Lekše et al., 2023). Pengembangan sumber daya dengan pendekatan partisipatif dapat efektif dalam mempromosikan dan memperkuat perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah untuk mencegah dan mengendalikan penyakit tidak menular di sekolah (Rawal et al., 2022). Sebagai lembaga pendidikan dasar, sekolah harus mengintegrasikan kesehatan siswa promosi dalam praktik pengajaran dan pembelajaran biasa dalam perspektif “kesehatan yang lebih baik melalui sekolah yang lebih baik” (Pulimeno et al., 2020). Untuk itu, sekolah perlu merancang strategi agar melibatkan partisipasi aktif oleh staf, siswa, dan orangtua dalam jangka panjang (Day et al., 2019).



Gambar 1.
Penyampaian Materi Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat



Gambar 2.
Penyampaian Materi Edukasi dengan Contoh Alat Peraga



Gambar 3.
Peserta sedang Mengikuti Kegiatan Edukasi

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada SD Negeri 001 Batam Kota dengan topik edukasi pola hidup bersih dan sehat. Kegiatan ini telah berjalan dengan baik dan lancar. Evaluasi dari pelaksanaannya kegiatan ini dibuktikan dengan adanya peningkatan pengetahuan yang telah dibuktikan melalui hasil kegiatan yaitu terjadinya peningkatan dimana sebelumnya banyak siswa-siswi yang mengalami tingkat pengetahuan yang kurang mengenai pola hidup bersih dan sehat menjadi lebih banyak peningkatan pengetahuan menjadi lebih baik pada siswa-siswi kelas V dan VI berjumlah 70 siswa-siswi di lapangan SD Negeri 001 Batam Kota. Terlaksananya kegiatan pengabdian masyarakat ini diharapkan siswa-siswi dapat melaksanakan pola hidup bersih dan sehat dalam

kehidupan sehari-hari secara rutin di rumah maupun di sekolah. Oleh sebab itu, perlu adanya kerjasama dengan adanya pemantauan dari pihak sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala sekolah, guru, dan siswa-siswi SD Negeri 001 Kota Batam, rektor dan para dosen Institut Kesehatan Mitra Bunda yang telah berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Basri, K.S. (2022). Edukasi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN 2 Penganjang. *Genitri Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Kesehatan*, 1(1), 44–53. <https://doi.org/10.36049/genitri.v1i1.56>
- Day, R. E., Sahota, P., & Christian, M. S. (2019). Effective implementation of primary school-based healthy lifestyle programmes: A qualitative study of views of school staff. *BMC Public Health*, 19(1), 1–16. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7550-2>
- Kemendes. (2022). Undang-Undang Kesehatan. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta.
- Lekše, R., Godec, D., & Prosen, M. (2023). Determining the Impact of Lifestyle on the Health of Primary School Children in Slovenia Through Mixed Membership Focus Groups. *Journal of Community Health*. <https://doi.org/10.1007/s10900-023-01231-7>
- Meiwanda, G., Untsadewan, Q. N., Paulina, R., Cahyani, S. I., Bashiroh, A., Lilian, D., Salsadila, D., Silalahi, C. D., Rahmana, Z. A., Hakim, A. N., & Satria, T. (2022). Edukasi penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah untuk menghadapi Era New Normal. 4, 73–77.
- Nopiyanto, Y. E., Septian Raibowo, Andika Prabowo, Alimuddin, Deny Pradana Saputro, & Fadli Dongoran. (2021). Sosialisasi Hidup Bersih dan Sehat Kepada Anak-anak di Kelurahan Mangunharjo Pada Masa Pandemi Covid-19. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 2(1), 34–43. <https://doi.org/10.37339/jurpikat.v2i1.459>
- Pulimeno, M., Piscitelli, P., Colazzo, S., Colao, A., & Miani, A. (2020). School as ideal setting to promote health and wellbeing among young people. *Health Promotion Perspectives*, 10(4), 316–334. <https://doi.org/10.34172/hpp.2020.50>
- Rawal, T., van Schayck, O. C. P., Willeboordse, M., Arora, M., Bhaumik, S., Bhagra, A., Bhagra, S., Muris, J. W. M., & Tandon, N. (2022). How to promote a healthy lifestyle among schoolchildren: Development of an intervention module (i-PROMISE). *Public Health in Practice*, 3(47), 100262. <https://doi.org/10.1016/j.puhip.2022.100262>
- Salim, M. F., M. Syairaji, M. S., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2022). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19. <https://doi.org/10.22146/jp2m.51342>
- Taryatman, T. (2022). Budaya Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar Untuk Membangun Generasi Muda Yang Berkarakter. *Trihayu: Jurnal Pendidikan Ke-SD-An*, 3(1). <https://doi.org/10.30738/trihayu.v3i1.731>