

STUDI TENTANG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA SDN SUKARASA 3

Annida Aulia Fauziah¹, Ellis Endang Nikmawati², Rita Patriasih²

Abstrak : Anak usia sekolah rawan akan masalah kesehatan, seperti infeksi akibat cacing. Upaya dalam mencegah masalah kesehatan melalui program Promosi Kesehatan Sekolah dalam bentuk Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). Salah satu bentuk kegiatan UKS adalah mempromosikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa. Tujuan penelitian ini memperoleh gambaran PHBS pada siswa SDN Sukarasa 3. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Subyek penelitian seluruh siswa SDN Sukarasa 3 dengan sampel sebanyak 107 siswa. Teknik pengumpulan data berupa kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku responden yang mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir yang bersih selalu dilakukan oleh (39.09%) dan sering dilakukan oleh (22.98%), mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah selalu dilakukan oleh (38.94%) dan sering dilakukan oleh (25.86%), menggunakan jamban yang bersih dan sehat selalu dilakukan oleh (46.42%) dan sering dilakukan oleh (23.68%), berolahraga yang teratur dan terukur selalu dilakukan oleh (40.50%) dan kadang-kadang dilakukan oleh (37.69%), memberantas jentik nyamuk kadang-kadang dilakukan oleh (41.12%) dan tidak pernah dilakukan oleh (38.08%), membuang sampah pada tempatnya selalu dilakukan oleh (46.42%) dan sering dilakukan oleh (24.61%), mengukur BB dan TB setiap enam bulan sering dilakukan oleh (19.16%) dan kadang-kadang dilakukan oleh (49.53%), tidak pernah merokok di sekolah dilakukan oleh (75.07%). Saran untuk warga sekolah terutama guru dan karyawan, masyarakat sekitar sekolah maupun orang tua siswa sebaiknya lebih mengupayakan dalam memahami pentingnya program PHBS di SD dan memberikan pemahaman tersebut kepada siswa.

Kata kunci : *Studi, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), Siswa SDN Sukarasa 3*

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kesehatan menjadi bagian yang penting untuk dimiliki oleh setiap orang agar dapat melakukan aktifitas. Kesadaran akan pentingnya kesehatan perlu ditanamkan sedini mungkin pada anak sekolah. Pemerintah memiliki peran dalam mengupayakan kesehatan bagi anak sehingga dapat tercipta masyarakat yang sehat salah satunya pada masyarakat sekolah. Upaya yang dilakukan oleh pemerintah, yaitu melalui program Promosi Kesehatan Sekolah atau *Health Promoting School (HPS)* yang dilakukan dalam bentuk Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

UKS mengupayakan kesehatan melalui pemeliharaan, pelayanan dan pendidikan. UKS bertujuan : membentuk kebiasaan untuk berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sedini mungkin pada anak serta memberikan pengaruh terhadap lingkungannya.

Indikator yang digunakan untuk mengukur PHBS di sekolah sebagai acuan dalam menilai pencapaian dari perilaku yang diharapkan, sebagai berikut :

Mencuci tangan dengan air mengalir yang bersih dan menggunakan sabun, mengonsumsi jajanan sehat di

¹⁾ Annida Aulia Fauziah Alumni Prodi Pendidikan Tata Boga Departemen. PKK FPTK UPI

²⁾ Ellis Endang N dan Rita Patriasih Dosen Prodi Pendidikan Tata Boga Departemen PKK FPTK UPI

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 setiap enam bulan, membuang sampah pada tempatnya (Kholid, 2011: 116 - 117).

PHBS yang dilakukan oleh siswa di sekolah diupayakan sepenuhnya optimal. Idealnya secara keseluruhan, kedelapan indikator PHBS di sekolah terlaksana dengan baik. Namun, fakta yang terjadi program PHBS masih belum optimal salah satunya dengan adanya kasus cacangan pada siswa Sekolah Dasar (SD). Farida (2013: 125) mengungkapkan terjadinya kasus cacangan pada siswa SD:

Siswa SD yang tidak membiasakan diri memotong kuku menderita cacangan lebih tinggi yaitu 15,38 % dibandingkan dengan siswa yang memiliki kebiasaan memotong kuku yaitu sebesar 14,29 %. Hasil yang berbeda ditemukan di SDN Cempaka 1 dimana kebersihan kuku tidak memiliki hubungan dengan kejadian cacangan yang terjadi. Perbedaan hasil ini dapat disebabkan oleh faktor lain dari aspek higiene perorangan siswa SDN Cempaka 1 selain kebersihan kuku. Aspek higiene perorangan lainnya yang dapat mengurangi resiko cacangan pada siswa SDN Cempaka 1 yaitu kebiasaan mencuci tangan sebelum makan, sesudah bermain dengan tanah dan setelah buang air besar.

Siswa seharusnya memiliki kesadaran diri untuk membiasakan mencuci tangan didukung dengan adanya tempat mencuci tangan secara khusus di sekolah, maka kasus cacangan pada siswa sekolah dasar secara perlahan dapat berkurang. Data penelitian yang telah diuraikan menunjukkan bahwa PHBS pada siswa sekolah dasar masih rendah.

Rumusan Masalah dan Tujuan

Rumusan masalah pada penelitian ini, ialah “Bagaimanakah PHBS pada siswa di SDN Sukarasa 3?”. Tujuan khusus pada penelitian ini, adalah memperoleh gambaran penerapan PHBS pada siswa SDN Sukarasa 3, dibatasi dengan mengacu pada indikator PHBS, sebagai berikut :

1. Mencuci tangan dengan air mengalir yang bersih dan menggunakan sabun.
2. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah.
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 enam bulan.
8. Membuang sampah pada tempatnya.

KAJIAN PUSTAKA

Promosi kesehatan di sekolah menjadi upaya dalam mempertahankan maupun meningkatkan kesehatan dari seluruh warga sekolah. Promosi kesehatan di sekolah dapat meningkatkan kesehatan, sejalan dengan yang diungkapkan oleh Notoatmodjo

(2012: 40) bahwa “Promosi kesehatan di sekolah adalah suatu upaya menciptakan sekolah menjadi komunitas yang mampu meningkatkan derajat kesehatannya melalui penciptaan lingkungan sekolah yang sehat, pemeliharaan dan pelayanan kesehatan di sekolah dan upaya pendidikan kesehatan yang berkesinambungan”. Promosi kesehatan di sekolah dari sisi metodologi sangat strategis karena tersedia kelembagaan untuk melaksanakannya, yaitu program UKS. Tujuan UKS secara khusus adalah memupuk kebiasaan perilaku hidup bersih dan sehat dan meningkatkan derajat kesehatan anak sekolah yang mencakup di antaranya pertama dimilikinya pengetahuan, sikap dan keterampilan untuk melaksanakan prinsip perilaku hidup bersih dan sehat serta berpartisipasi aktif dalam usaha peningkatan kesehatan di sekolah, perguruan maupun tempat lainnya, kedua tercapainya sehat fisik, mental maupun sosial dan ketiga memiliki daya hayat dan daya tangkal terhadap pengaruh buruk penggunaan zat.

PHBS di sekolah perlu terus diupayakan. ‘PHBS di sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat’ (Promosi kesehatan (POMKES), Maryunani, 2013: 150). Indikator PHBS di sekolah menjadi suatu alat ukur untuk menunjukkan keadaan atau kecenderungan dari perilaku hidup bersih dan sehat yang dilakukan oleh anak disekolah. Melalui

indikator PHBS di sekolah dapat memudahkan untuk dilakukannya evaluasi secara berkala, aplikasi dari pengetahuan berupa praktik PHBS di sekolah, yaitu :

Mencuci tangan dengan air mengalir yang bersih dan menggunakan 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 setiap enam bulan, membuang sampah pada tempatnya (Kholid, 2011: 116 - 117).

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan *cross sectional study* yaitu studi satu tahap pada subyek sekelompok orang tertentu. Data yang diteliti kemudian diolah, merupakan data temuan di lapangan pada saat ini. Subyek penelitian seluruh siswa SDN Sukarasa 3 dengan sampel sebanyak 107 siswa. Instrumen yang digunakan adalah angket. Teknik pengolahan data menggunakan rumus persentase dari jawaban responden untuk mengetahui perbandingan besar kecilnya frekuensi.

Analisis data dalam penelitian dilakukan terhadap jawaban responden melalui verifikasi, tabulasi dan pengolahan data menggunakan rumus persentase serta penafsiran data.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian mengenai PHBS siswa di sekolah meliputi delapan indikator, sebagai berikut :

Diagram 1. PHBS dalam hal Mencuci Tangan dengan Air Mengalir yang Bersih dan Menggunakan Sabun.

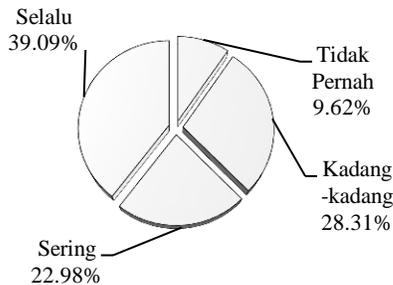
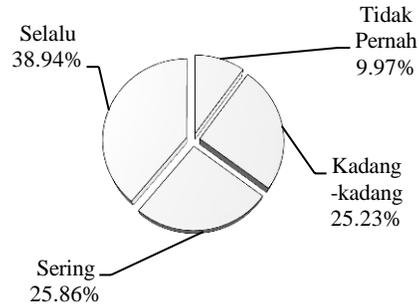


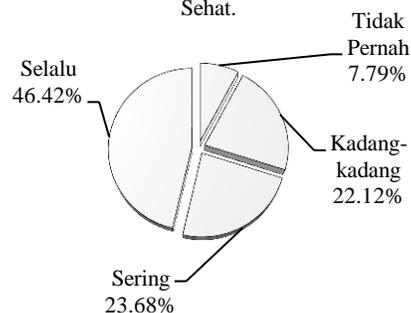
Diagram di atas menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya 39.09% responden selalu melakukan tahapan mencuci tangan dengan benar dan mencuci tangan yang diharuskan pada waktu tertentu dan sebagian kecil 9.62% responden tidak pernah melakukan tahapan mencuci tangan dengan benar dan mencuci tangan yang diharuskan pada waktu tertentu. Nilai persentase jawaban selalu dari responden didukung dengan adanya sarana yang disediakan oleh SDN Sukarasa 3 terkait indikator tersebut, seperti tersedianya tempat untuk mencuci tangan, lap tangan maupun petunjuk dalam mencuci tangan yang benar, tetapi tidak tersedia sabun untuk mencuci tangan.

Diagram 2. PHBS dalam hal Mengonsumsi Jajanan Sehat Di Kantin Sekolah.



Data penelitian pada diagram menunjukkan kurang dari setengahnya 38.94% responden selalu mengonsumsi makanan jajanan sehat di kantin sekolah dan sebagian kecil 9.97% responden tidak mengonsumsi makanan jajanan sehat di kantin sekolah. Nilai persentase jawaban selalu dari responden didukung dengan adanya sarana yang disediakan oleh SDN Sukarasa 3 terkait indikator tersebut, seperti tersedianya kantin sehat sekolah, tetapi tidak tersedia pamflet atau poster terkait ajakan untuk mengonsumsi makanan jajanan sehat yang dapat berfungsi sebagai pengingat untuk warga sekolah terutama responden.

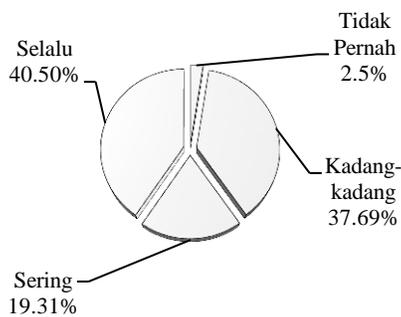
Diagram 3. PHBS dalam hal Menggunakan Jamban yang Bersih dan Sehat.



Berdasarkan data di atas kurang dari setengahnya 46.42% responden selalu menggunakan jamban atau toilet dengan cara yang benar dan memeliharanya dan sebagian kecil

7.79% responden tidak menggunakan jamban dengan cara benar dan tidak pernah memeliharanya. Nilai persentase jawaban selalu dari responden karena didukung dengan adanya sarana yang disediakan oleh SDN Sukarasa 3, seperti tersedianya jamban, air serta alat pembersih jamban (sikat), tetapi tidak tersedia sabun maupun pamflet terkait ajakan untuk menggunakan jamban yang bersih dan sehat dan cara menggunakannya yang dapat berfungsi sebagai pengingat warga sekolah terutama responden.

Diagram 4. PHBS dalam hal Olahraga yang Teratur dan Terukur.



Data penelitian pada diagram menunjukkan kurang dari setengahnya 40.50% responden selalu melakukan olahraga rutin satu minggu sekali yang diadakan oleh sekolah dan berolahraga dengan cara yang benar dan sebagian kecil 2.5% responden tidak melakukan olahraga rutin satu minggu sekali yang diadakan oleh sekolah. Nilai persentase jawaban selalu dari responden karena didukung dengan adanya sarana yang disediakan oleh SDN Sukarasa 3, seperti tersedianya lapangan untuk olahraga serta jadwal rutin dalam berolahraga, yaitu olahraga senam setiap sabtu pagi sebelum Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) dimulai.

Diagram 5. PHBS dalam hal Memberantas Jentik Nyamuk.

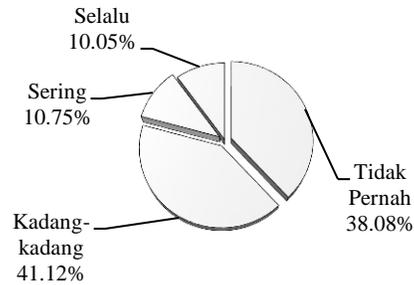
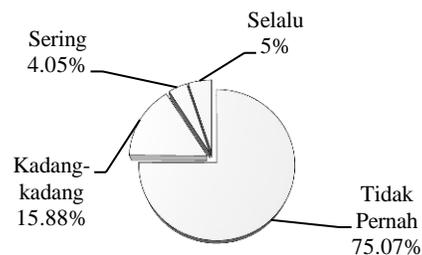


Diagram di atas menunjukkan bahwa sebagian kecil 10.05% responden selalu melakukan memberantas jentik nyamuk dengan cara 3M Plus dan memeriksa jentik nyamuk secara berkala, kurang dari setengahnya 38.08% responden tidak pernah melakukan memberantas jentik nyamuk dengan cara 3M Plus dan memeriksa jentik nyamuk secara berkala. Rendahnya jawaban selalu dari responden didukung hasil wawancara dengan Pembina UKS bahwa kegiatan memberantas jentik nyamuk hanya dilakukan oleh kader dokter kecil (Dokcil) kelas empat dan lima.

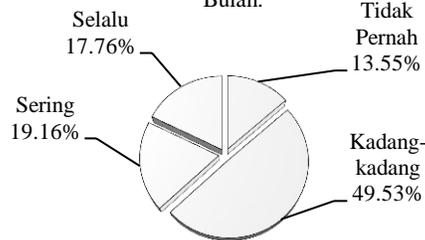
Diagram 6. PHBS dalam hal Tidak Merokok Di Sekolah.



Berdasarkan data hasil penelitian di atas menunjukkan bahwa sebagian besar 75.07% responden tidak pernah merokok di rumah, di sekolah atau di lingkungan luar sekolah, menolak jika ada yang menawarkan rokok dan berani menegur jika ada penjual rokok di

sekitar sekolah dan sebagian kecil 15.88% responden kadang-kadang merokok di rumah, di sekolah atau di lingkungan luar sekolah, menolak jika ada yang menawarkan rokok dan berani menegur jika ada penjual rokok di sekitar sekolah. Terdapatnya nilai persentase kadang-kadang dari responden di dukung dengan hasil observasi peneliti, yaitu tidak adanya pamflet atau media cetak lainnya yang mendukung agar responden selalu diingat dalam perilaku tidak merokok maupun pemahaman yang kuat dari guru di sekolah.

Diagram 7. PHBS dalam hal Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan Setiap Enam Bulan.



Data penelitian pada diagram menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya 49.53% responden kadang-kadang menimbang berat badan (BB) dan mengukur tinggi badan (TB) setiap enam bulan dan sebagian kecil 17.76% responden selalu tidak menimbang BB dan mengukur TB setiap enam bulan. Nilai persentase jawaban kadang-kadang dari responden sesuai dengan adanya daya dukung berupa sarana yang disediakan oleh SDN Sukarasa 3, seperti tersedianya timbangan berat badan, alat ukur tinggi badan (*stature meter*) dan kartu menuju sehat anak sekolah (KMS-AS).

Diagram 8. PHBS dalam hal Membuang Sampah pada Tempatnya.

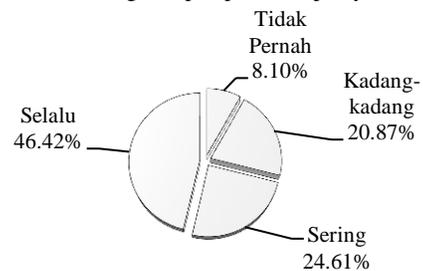


Diagram di atas menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya 46.42% responden selalu membuang sampah pada tempatnya dan sebagian kecil 8.10% responden tidak membuang sampah pada tempatnya. Jawaban tidak pernah dari responden seharusnya tidak ada karena terdapat alasan tertentu agar membuang sampah pada tempatnya. Nilai persentase jawaban selalu dari responden karena didukung dengan adanya sarana yang disediakan oleh SDN Sukarasa 3 terkait indikator tersebut, seperti tersedianya tempat sampah terbuka maupun tertutup, tetapi tidak tersedia tempat sampah berdasarkan jenisnya maupun pamflet terkait ajakan untuk membuang sampah pada tempatnya yang dapat berfungsi sebagai pengingat warga sekolah terutama siswa.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Kurang dari setengah responden selalu mencuci tangan menggunakan air mengalir yang bersih dan menggunakan sabun. Responden belum sepenuhnya melakukan langkah-langkah cuci tangan pakai sabun (CTPS) dengan benar dan mencuci tangan pakai sabun pada

- waktu-waktu yang diharuskan (CTPS).
2. Kurang dari setengah responden selalu mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah. Responden belum sepenuhnya mengonsumsi makanan jajanan sehat.
 3. Kurang dari setengah responden selalu menggunakan jamban yang bersih dan sehat. Responden belum sepenuhnya menggunakan jamban atau toilet dengan cara yang benar dan memeliharanya.
 4. Kurang dari setengah responden selalu melakukan olahraga yang teratur dan terukur. Responden belum sepenuhnya melakukan olahraga secara rutin satu minggu sekali yang diadakan oleh sekolah dan berolahraga dengan cara yang benar.
 5. Sebagian kecil responden selalu melakukan memberantas jentik nyamuk. Responden belum sepenuhnya melakukan memberantas jentik nyamuk dengan cara 3M Plus dan memeriksa jentik nyamuk secara berkala.
 6. Sebagian besar responden tidak pernah melakukan merokok di sekolah. Responden tidak pernah merokok di rumah, di sekolah atau di lingkungan luar sekolah, menolak jika ada yang menawarkan rokok dan berani menegur jika ada penjual rokok di sekitar sekolah.
 7. Kurang dari setengah responden selalu menimbang BB dan mengukur TB) setiap enam bulan. Responden belum sepenuhnya mengukur BB dan TB setiap enam bulan.
 8. Kurang dari setengah responden selalu membuang sampah pada

tempatnyanya. Responden belum sepenuhnya membuang sampah pada tempatnya.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian siswa belum sepenuhnya melakukan kedelapan indikator PHBS di sekolah dengan optimal, dengan demikian warga sekolah terutama guru dan karyawan, masyarakat sekitar sekolah maupun orang tua siswa sebaiknya lebih mengupayakan dalam memahami pentingnya program PHBS di SD dan memberikan pemahaman tersebut kepada siswa serta siswa mengaplikasikannya secara optimal. Selain itu, pihak sekolah sebaiknya melengkapi sarana untuk mendukung optimalnya PHBS di sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

- Kholid, A. (2012). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Maryunani, A. (2013). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Trans Info Media "TIM".
- Notoatmodjo, S dkk. (2012). *Promosi Kesehatan Di Sekolah*. Jakarta: Rineka ipta.