

## **IMPLEMENTASI GERAKAN HIDUP BERSIH DAN SEHAT DI SDN 2 AMANSARI KABUPATEN KARAWANG**

**Agus Ardinansyah, Helwiah Umniyati, Audiawati Surachmin**  
Universitas YARSI,  
agus.ardinansyah@yarsi.ac.id

### **Abstract**

*In the Citarum watershed area there has been pollution and environmental damage resulting in huge losses of health, economy, social, ecosystem and environmental resources. To overcome this, the Government issued Presidential Regulation (Perpres) Number 15 of 2018 concerning the Acceleration of Controlling Pollution and Damage to the Citarum Watershed so that this problem can be addressed seriously by various parties. Citarum river pollution may cause various diseases, especially because of garbage pollution such as diarrhea, acute respiratory infections (ISPA) and tuberculosis in children. Based on this, it is necessary to change the lifestyle of unhealthy children into a clean and healthy lifestyle. The activity was carried out at SDN 2 Amansari, Amansari Village, Rengasdengklok District, Karawang Regency on February 19 - February 22 2019. Activities in the form of counseling and training on Clean and Healthy Behavior (PHBS) by making educational videos of PHBS. The activity involved 5th grade students of SDN 2 Amansari with a total of 60 students. The results of the PHBS knowledge test showed that there was a significant difference between the pre-test scores and the post-test scores for education and training in hygiene and healthy living behaviors. PHBS counseling and training with school-based educational videos shows that children's health knowledge has increased*

**Keywords:** Extension, PHBS, Citarum watershed

### **Abstrak**

Pada daerah Aliran Sungai (DAS) Citarum telah terjadi pencemaran dan kerusakan lingkungan yang mengakibatkan kerugian yang besar terhadap kesehatan, ekonomi, sosial, ekosistem dan sumber daya lingkungan. Untuk mengatasi hal tersebut, Pemerintah membuat Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 15 Tahun 2018 tentang Percepatan Pengendalian Pencemaran dan Kerusakan DAS Citarum agar masalah ini dapat ditanggulangi secara serius oleh berbagai pihak. Pencemaran sungai Citarum dapat menimbulkan berbagai penyakit terutama karena pencemaran sampah adalah penyakit diare, Infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) dan Tuberkulosis pada anak-anak. Berdasarkan hal tersebut perlunya perubahan pola hidup anak-anak yang tidak sehat menjadi pola perilaku hidup bersih dan sehat. Kegiatan dilaksanakan di SDN 2 Amansari Desa Amansari, Kecamatan Rengasdengklok, Kabupaten Karawang pada tanggal 19 Februari – 22 Februari 2019. Kegiatan berupa penyuluhan dan pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan pembuatan video edukasi PHBS. Kegiatan melibatkan siswa kelas 5 SDN 2 Amansari dengan jumlah 60 siswa. Hasil tes pengetahuan PHBS menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara nilai pre test dengan nilai pos test penyuluhan dan pelatihan perilaku hidup bersih dan sehat. Penyuluhan dan pelatihan PHBS dengan video edukasi berbasis sekolah menunjukkan pengetahuan kesehatan anak-anak meningkat

**Kata Kunci:** Penyuluhan, PHBS, DAS Citarum

|                       |                     |                      |
|-----------------------|---------------------|----------------------|
| Submitted: 2020-12-11 | Revised: 2021-01-02 | Accepted: 2021-05-04 |
|-----------------------|---------------------|----------------------|

### **Pendahuluan**

Sungai Citarum sebagai sungai terpanjang dan terbesar yang terletak di Provinsi Jawa Barat dianggap sebagai salah satu sungai terkotor di dunia. Pada daerah Aliran Sungai (DAS) Citarum telah terjadi pencemaran dan kerusakan lingkungan yang mengakibatkan kerugian yang besar terhadap kesehatan, ekonomi, sosial, ekosistem, sumber daya lingkungan, dll. Untuk mengatasi hal tersebut, Pemerintah membuat Peraturan Presiden (Perpres) Nomor 15 Tahun 2018 tentang Percepatan Pengendalian Pencemaran dan Kerusakan DAS Citarum agar masalah ini dapat ditanggulangi secara serius oleh berbagai pihak. (Perpres:2018)

Pencemaran sungai Citarum dapat menimbulkan berbagai penyakit terutama karena pencemaran sampah adalah penyakit diare terutama pada anak-anak. Hingga saat ini penyakit

diare masih merupakan masalah kesehatan masyarakat. Hal ini dapat dilihat dari masih tingginya angka kejadian diare dari tahun ketahun. Diare merupakan penyebab kematian nomor empat di Indonesia (13.2%) pada semua umur dalam kelompok penyakit menular. DAS Citarum sejauh ini mampu memenuhi kebutuhan masyarakat disekitarnya, seperti untuk kebutuhan rumah tangga, irigasi, pertanian, peternakan dan industri. Perkembangan industri di sepanjang DAS Citarum tidak dikelolanya limbah industri dengan baik merupakan salah satu penyebab pencemaran sungai. (Dinkes Jawa Barat, 2016)

Berdasarkan data Podes 2012, jumlah penduduk di wilayah Sungai Citarum yang sebanyak 25.301.837 jiwa membuat kondisi lingkungan bertambah buruk. Tekanan pertumbuhan jumlah penduduk membuat volume sampah terus menjadi masalah setiap tahunnya. Meski memiliki peran strategis, Citarum dihadapkan pencemaran dan sampah. padahal hampir 25 juta penduduk Jawa Barat dan 80% penduduk DKI bergantung dari air yang bersumber Gunung Wayang, Bandung Selatan. Di Desa Batu Jaya, Kecamatan Batu Jaya, Kabupaten Karawang. Aliran sungai ini juga dijadikan warga sebagai tempat pembuangan sampah karena di daerahnya tidak ada tempat pembuangan sampah (TPS) atau tempat pembuangan akhir (TPA). (Dinkes Jawa Barat, 2016)

Untuk mengurangi angka kesakitan penyakit-penyakit infeksi diare, ISPA dan TBC sangat diperlukan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dari masyarakat. PHBS dapat dimulai dari pembelajaran di sekolah. PHBS di Sekolah adalah sekumpulan perilaku yang dipraktikkan 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. (Sekolah, 2011)

Penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah (usia 6-10), ternyata umumnya berkaitan dengan PHBS. Penanaman nilai-nilai PHBS disekolah merupakan kebutuhan mutlak dan dapat dilakukan melalui pendekatan usaha kesehatan Sekolah (UKS). PHBS di sekolah adalah upaya untuk memberdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan PHBS, dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. (Nunun, 2014)

Jumlah anak di Indonesia rata-rata 30% dari total penduduk Indonesia dan usia sekolah merupakan masa keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan PHBS, baik di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat. PHBS di Sekolah terdiri atas 8 indikator sesuai dengan Peraturan KEMENKES. Salah satu poin yang tidak termasuk adalah kesehatan gigi dan mulut, namun Kesehatan gigi dan mulut sangat penting untuk diperhatikan karena merupakan salah satu media masuknya penyakit. (Lina, 2018)

Terdapat 8 Indikator di sekolah yaitu : (Sekolah, 2011)

1. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan memakai 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 bulan.
8. Membuang sampah pada tempatnya

Manfaat Pembinaan PHBS di Sekolah adalah terciptanya sekolah yang bersih dan sehat sehingga siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai gangguan dan ancaman penyakit, meningkatkan semangat proses belajar mengajar yang berdampak pada prestasi belajar siswa, citra sekolah sebagai institusi pendidikan semakin meningkat sehingga mampu menarik minat orang tua, meningkatkan citra pemerintah daerah di bidang pendidikan dan menjadi percontohan sekolah sehat bagi daerah lain.

### **Metode**

Kegiatan Implementasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dilaksanakan pada tanggal 19 Februari – 22 Februari 2019 di SDN 2 Amansari Desa Amansari, Kecamatan Rengasdengklok, Kabupaten Karawang. Bentuk kegiatan berupa penyuluhan dan pelatihan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), dan pemberian tempat sampah organik dan non organik. Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat juga melibatkan mahasiswa FKG Yarsi.

### **Hasil dan Pembahasan**

Kegiatan sosialisasi perilaku hidup bersih dan sehat diberikan kepada siswa kelas 5 SDN Amansari Desa Amansari, Kecamatan Rengasdengklok, Kabupaten Karawang dengan jumlah 60 siswa. Kegiatan ini sebagai salah satu solusi untuk meningkatkan derajat kesehatan masyarakat Indonesia, terutama di daerah bantaran Sungai Citarum Arum melalui pendidikan perilaku hidup bersih dan sehat sejak dini. Siswa diberikan pemahaman mengenai perilaku hidup bersih dan sehat dengan indikator Mencuci tangan dengan air yang 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 setiap bulan, membuang sampah pada tempatnya dan kesehatan gigi dan mulut.



**Gambar 1.** Sosialisasi PHBS

Salah satu perilaku hidup bersih dan sehat adalah membuang sampah pada tempatnya. Siswa diberikan pemahaman membedakan sampah organik dan non organik. Pada kegiatan ini diserahkan tempat sampah sebagai media pembelajaran sekaligus mengaplikasikan PHBS dengan membuang sampah pada tempatnya.



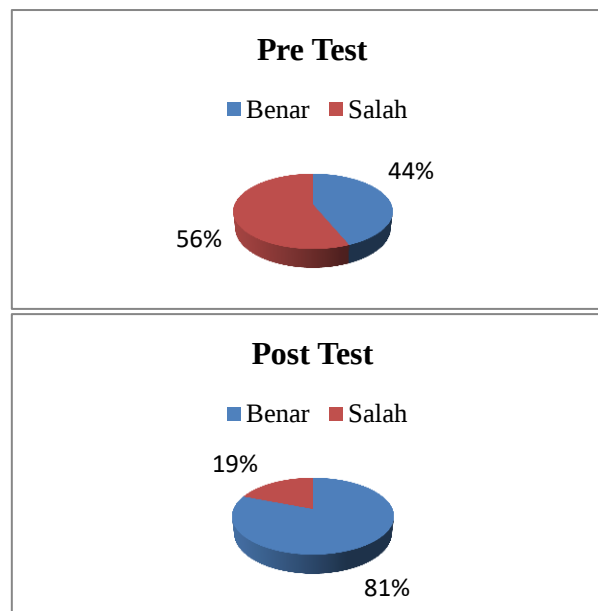
**Gambar 2.** Penyerahan tempat sampah

Pada kegiatan sosialisasi, siswa juga diberikan penyuluhan menjaga kesehatan gigi dan mulut. intervensi edukasi yang berbasis sekolah menunjukkan pengetahuan gigi anak-anak meningkat secara signifikan setelah intervensi, dengan perbaikan jelas pada tindak lanjut secara langsung dan efek perubahan ini mampu bertahan sampai 6 minggu kemudian. Kegiatan ini sejalan dengan penelitian bahwa penyuluhan membantu meningkatkan pengetahuan para siswa terutama yang menggunakan metode yang menarik perhatian para siswa. (Blake *et al.*, 2015). Penyuluhan diberikan dengan menggunakan media phantom gigi untuk belajar.



**Gambar 3.** Penyuluhan kesehatan gigi dan mulut

Untuk mengevaluasi keberhasilan kegiatan dilakukan dengan pre test dan post test. Pre test diberikan sebelum dilakukan penyuluhan dan pelatihan perilaku hidup bersih dan sehat plus kesehatan gigi dan mulut di sekolah. Post test diberikan setelah pelaksanaan penyuluhan dan pelatihan. Hasil evaluasi terdapat peningkatan tingkat pengetahuan siswa mengenai perilaku hidup bersih dan sehat 37%.



**Diagram 1.** Hasil nilai jawaban pre test dan post test pada siswa kelas 5 SDN Amansari 2 mengenai perilaku hidup bersih dan sehat.

Dalam pelaksanaan kegiatan ini juga melibatkan guru sebagai mitra sekaligus motivator terhadap anak didiknya. Program-program promosi kesehatan berbasis sekolah terutama dengan target anak-anak usia 7-9 tahun sangat membutuhkan kolaborasi dengan para guru untuk memastikan adanya *reinforcement* dan *follow up*. (Bowne, 2009)



**Gambar 4.** Foto Dosen, Guru dan Siswa

### Kesimpulan

Implementasi gerakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di Sekolah dilaksanakan dalam upaya terciptanya sekolah yang bersih dan sehat sehingga siswa, guru dan masyarakat lingkungan sekolah terlindungi dari berbagai gangguan dan ancaman penyakit, serta dapat meningkatkan semangat proses belajar mengajar yang berdampak pada prestasi belajar siswa,

citra sekolah sebagai institusi pendidikan. Upaya penyuluhan dapat meningkatkan budaya perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dan masyarakat.

### **Daftar Pustaka**

- Dinkes Jawa Barat (2016) 'Profil Kesehatan Jawa Barat 2016', *Journal of Molecular Biology*, 301(5), pp. 1163–1178.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2013) 'Hasil Riset Kesehatan Dasar Kementerian RI 2013', *Proceedings, Annual Meeting - Air Pollution Control Association*, 6. doi: 1 Desember 2013.
- 'KKN Tematik Citarum Harum Pentahelix\_ Inovasi Menuju Perubahan yang Lebih Baik \_ Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan' (no date).
- Lina, H. P. (2018) 'Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Di Sdn 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang', *Jurnal PROMKES*, 4(1), p. 92.
- Maryunani, A. (2012) 'Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)', 01(01), pp. 40–47.
- Nunun, N. (2014) 'Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Masyarakat Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat', p. 5.
- Sekolah, P. (2011) 'PHBS di Sekolah 1', pp. 1–12.
- Blake, H. *et al.* (2015) 'School-Based Educational Intervention to Improve Children's Oral Health-Related Knowledge', *Health Promotion Practice*, pp. 571–582.
- Bowne, M. (2009) 'A Comparative Study of Parental Behaviors and Children's Eating Habits', *ICAN: Infant, Child, & Adolescent Nutrition*, 1(1), pp. 11–14.