

**PEMBINAAN DAN PENDAMPINGAN PERILAKU HIDUP BERSIH
DAN SEHAT (PHBS) DI SD NEGERI 060820 & SD NEGERI 064030
TELADAN KOTA MEDAN**

Frida Lina Tarigan¹⁾, Donal Nababan²⁾, Otniel Ketaren³⁾

1) Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Farmasi & Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia

2) Prodi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Direktorat Pascasarjana, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia

3) Prodi Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat, Direktorat Pascasarjana, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia

frida_tarigan@yahoo.co.id¹⁾, donal@yahoo.com²⁾, otnielk@yahoo.co.id³⁾

Abstrak

Penerapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan seiring munculnya berbagai penyakit yang umumnya berkaitan dengan PHBS. Upaya PHBS di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Penerapan PHBS ini dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan merupakan salah satu lembaga pendidikan dasar yang terletak di Jl.H.Bahrum Jamil SH, No.16 Kecamatan Medan Kota, Letak sekolah yang juga dekat dengan pemukiman masyarakat menjadi salah satu sebab lingkungan sekolah tersebut sering terkontaminasi dengan sampah dari pemukiman masyarakat sekitar yang kerap kali membuang sampah sembarangan, Ditambah lagi dengan kebiasaan siswa yang mengonsumsi jajanan yang tidak higienis dan kondisi sanitasi yang tidak memenuhi syarat kesehatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pembinaan dan pendampingan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan ini telah dilaksanakan dengan baik, dimana semua pihak yang terlibat sangat antusias dan berperan aktif dalam kegiatan tersebut. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu persiapan kegiatan, pelaksanaan dan evaluasi. Luaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat diperoleh informasi bahwa warga sekolah telah menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, lingkungan sekolah yang bersih dan sehat; meningkatnya prestasi akademik siswa; dan meningkatnya animo masyarakat untuk menyekolahkan anaknya di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan.

Kata Kunci: Pembinaan, Pendampingan, PHBS

Abstract

The implementation of PHBS at school is a necessity as many diseases are commonly associated with PHBS (clean and healthy living behaviour). The efforts of PHBS in school are a collection of behaviors practiced by students, teachers, and communities in the school environment on the basis of consciousness as a result of learning, so that it is independently able to prevent illness, improve its health, and play an active role in creating a healthy environment. The implementation of this PHBS can be done through the school's health efforts (UKS). SD Negeri 060820 and SD Negeri 064030 The example of Medan City is one of the basic educational institutions located on Jl. H. Bahrum Jamil SH, No. 16 Medan City subdistrict. School location which is also close to community settlements to be one of the reasons the school environment is often contaminated with garbage from the surrounding community settlements that frequently dispose of garbage, plus with the habit of students who consume snacks that are not hygienic and sanitation conditions that do not meet health requirements. Community service activities in the form of coaching and mentoring the conduct of clean and healthy living behaviour (PHBS) in SD Negeri 060820 and SD Negeri 064030. This example of Medan city has been implemented well, where all parties involved are enthusiastic and play an active role in the activities. The activity of devotion to the community is carried out through several stages, namely the preparation of activities, implementation and evaluation. The outdoor devotion to the community is obtained information that the school citizens have implemented PHBS in daily life, a clean and healthy school environment; increasing student academic achievement; and the increasing society to school their children in SD Negeri 060820 and SD Negeri 064030

Key word: Coaching, mentoring, clean and healthy living behavior

PENDAHULUAN

Hasil dari Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2013 menunjukkan angka kecacangan pada anak mencapai 40-60%, anemia 23,2%, karies dan periodontal 74,4% dan TB pada anak 23%. Data hasil Survei Sosial Ekonomi (Susenas) pada tahun 2013 menyebutkan bahwa sekitar 3% anak-anak mulai merokok sejak kurang dari 10 tahun. Presentase perokok tertinggi (64%) adalah kelompok remaja (15-19 tahun), artinya anak-anak merupakan kelompok yang rentan terhadap bahaya rokok. Oleh karena itu, penanaman nilai-nilai kehidupan yang berparadigma sehat perlu ditanamkan sejak dini pada anak-anak dan orang-orang di sekitar mereka dalam hal ini rumah tangga dan sekolah.

Penerapan PHBS di sekolah merupakan kebutuhan seiring munculnya berbagai penyakit yang umumnya berkaitan dengan PHBS. Upaya PHBS di sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru, dan masyarakat di lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat. Penerapan PHBS ini dapat dilakukan melalui pendekatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS).

SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan merupakan salah satu lembaga pendidikan dasar yang terletak di Jl.H.Bahrum Jamil SH, No.16 Kecamatan Medan Kota, Letak sekolah yang juga dekat dengan pemukiman masyarakat menjadi salah satu sebab lingkungan sekolah tersebut sering terkontaminasi dengan sampah dari pemukiman masyarakat sekitar yang kerap kali membuang sampah sembarangan, Ditambah lagi dengan kebiasaan siswa yang mengonsumsi jajanan yang tidak higienis dan kondisi sanitasi yang tidak memenuhi syarat kesehatan. Hasil observasi menunjukkan bahwa sekolah tersebut telah memiliki UKS namun kegiatan yang dilakukan belum maksimal. Hal tersebut disebabkan karena minimnya keterampilan sumber daya manusia dalam promosi kesehatan, minimnya sarana dan prasarana serta belum tersedianya anggaran guna mendukung penerapan PHBS di sekolah.

ANALISIS SITUASIONAL

Berdasarkan informasi diketahui bahwa di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan sudah sering dikunjungi oleh team dari puskesmas wilayah setempat untuk mengadakan promosi kesehatan namun tentang perilaku hidup bersih dan sehat,

namun belum dilaksanakan secara terpadu baik lintas program maupun lintas bidang. Padahal tujuan dan sasaran kegiatan ini adalah untuk menerapkan pembudayaan hidup bersih dan sehat kepada siswa di sekolah secara berkesinambungan, sehingga perlu melibatkan seluruh warga sekolah baik pimpinan, guru, siswa, komite sekolah, orang tua, penjagawati dan satpam serta pihak eksternal lainnya mulai dari perencanaan, pengorganisasian, pencatatan dan pelaporan serta monitoring dan evaluasi, untuk itu mahasiswa pascasarjana dari universitas sari mutiara indonesia medan akan melakukan penyuluhan, merancang dan menerapkan program pembinaan dan pendampingan PHBS di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Medan, oleh karena itu, dalam rangka menciptakan perubahan perilaku di sekolah maka perlu dilakukan pembinaan dan pendampingan PHBS sehingga program PHBS dapat didukung oleh semua pihak.

METODE PELAKSANAAN

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah melakukan pendampingan dan pembinaan PHBS, dengan beberapa tahapan yaitu:

- a. Pendampingan sekolah dalam melakukan analisis situasi
- b. Pendampingan pembentukan kelompok kerja
- c. Pendampingan pembuatan kebijakan phbs di sekolah
- d. Model pendampingan penyiapan infrastruktur
- e. Pendampingan sosialisasi penerapan phbs di sekolah
- f. Pendampingan penerapan phbs di sekolah
- g. Pendampingan pemantauan dan evaluasi
- h. Pendampingan tindak lanjut.

HASIL KEGIATAN

1. Tahap pendampingan sekolah dalam melakukan analisis situasi

Tahap pendampingan kepada sekolah dalam melakukan analisis situasi ditujukan sebagai upaya mendampingi sekolah dalam hal ini penentu kebijakan/pimpinan sekolah melakukan pengkajian ulang tentang ada tidaknya kebijakan tentang PHBS di sekolah serta bagaimana sikap dan perilaku khalayak sasaran (siswa, warga sekolah dan masyarakat lingkungan sekolah) terhadap kebijakan PHBS di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan. Kegiatan ini dilakukan melalui diskusi dengan kepala sekolah, guru

dan petugas UKS, sehingga diperoleh gambaran tentang masalah- masalah yang dihadapi dalam penerapan PHBS.

2. Tahap pendampingan pembentukan kelompokkerja

Tahap ini bertujuan agar sekolah mempunyai bagian khusus dalam unit UKS yang bertugas melakukan promosi kesehatan di sekolah. Pada tahap ini tim dari puskesmas, team dari anggota mahasiswa dan kepala sekolah, guru di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan berdialog tentang pembina UKS dengan maksud dan tujuan manfaat penerapan PHBS di sekolah, meminta masukan akan penerapan PHBS di sekolah, antisipasi kendala serta alternatif solusi, menetapkan penanggung jawab PHBS di sekolah dan mekanisme pengawasannya. Pada tahap ini, pihak sekolah secara bersama-sama membentuk kelompok kerja penerapan PHBS di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medanyang terdiri dari 4 orang guru dan 6 orang siswa.

3. Tahap pendampingan pembuatan kebijakan PHBS disekolah

Tahap ini ditujukan agar kelompok kerja membuat kebijakan jelas, tujuan dan cara melaksanakan PHBS di sekolah. Kegiatan pendampingan pembuatan kebijakan PHBS di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan, dihadiri oleh kepala sekolah, guru dan pengelola UKS.

4. Tahap pendampingan penyiapan infrastruktur

Tahap pendampingan dan penyiapan infrastruktur ini, tim mendampingi sekolah dalam membuat surat keputusan tentang penanggung jawab dan pengawas PHBS di sekolah serta membantu sekolah dalam menyiapkan sarana dan prasarana pendukung. Instrumen pengawasan materi sosialisasi penerapan PHBS di sekolah, serta pembuatan dan penempatan pesan di tempat-tempat strategis diSD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan.

5. Tahap sosialisasi penerapan PHBS disekolah

Tahap ini dilaksanakan oleh tim pengabdian kepada masyarakat dengan membantu petugas penanggung jawab PHBS di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medandalam melakukan sosialisasi penerapan PHBS di sekolah, meliputi sosialisasi penggunaan jamban sehat dan air bersih, larangan merokok di sekolah dan kawasan tanpa rokok di sekolah, membuang sampah pada tempatnya, menimbang berat badan,

membersihkan jentik nyamuk, jajan dikantin yang sehat, kegiatan olahraga, mencuci tangan pakai sabun dengan air bersih dan mengalir.

Sosialisasi ini dilakukan guna meningkatkan pengetahuan dan pemahaman siswa-siswi mengenai PHBS di sekolah. Hal ini dapat meningkatkan implementasi perilaku PHBS di sekolah. Seperti yang dilaporkan oleh Sulastri dkk. (2014) bahwa ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku anak sekolah tentang perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar.

6. Tahap pendampingan penerapan PHBS di sekolah

Tahap penerapan PHBS di sekolah ini dilakukan dengan upaya (1) Mendorong sekolah agar menanamkan nilai-nilai PHBS kepada siswa sesuai dengan kurikulum yang berlaku (kurikuler); (2) Mendorong sekolah agar melakukan kerja bakti dan lomba kebersihan kelas secara rutin; (3) Aktivitas kader kesehatan kecil/dokter kecil; (4) Tim membantu melakukan pemeriksaan kualitas air secara sederhana; (5) Mendorong sekolah agar melakukan pemeliharaan jamban sekolah; (5) Tim memberikan demo gerakan cuci tangan yang benar melalui lagu (6) Mendorong sekolah agar membudayakan olah raga yang teratur dan terukur; (7) Pemeriksaan rutin kebersihan, meliputi kuku, rambut, telinga, gigi dan sebagainya; (8) Mendorong sekolah agar melakukan bimbingan hidup bersih dan sehat melalui konseling secara rutin; (9) Melakukan kegiatan penyuluhan atau latihan keterampilan dengan melibatkan peran aktif guru dan orang tua, antara lain melalui penyuluhan kelompok, pemutaran video/film, penampatan poster.

(10) Mendorong sekolah melakukan pengawasan dan penerapan sanksi pengawas, mencatat pelanggaran dan menerapkan sanksi sesuai dengan peraturan yang ada.

7. Tahap pendampingan pemantauan dan evaluasi

Tahap ini tim pengabdian kepada masyarakat membantu sekolah dalam melakukan pemantauan dan evaluasi PHBS di sekolah melalui upaya: (1) Untuk Mendorong sekolah melakukan pemantauan dan evaluasi secara periodik tentang kebijakan yang telah dilaksanakan; (2) Mendorong sekolah agar secara intens meminta pendapat pokja PHBS di sekolah dan lakukan kajian terhadap masalah yang ditemukan; (3) Mendorong sekolah untuk memutuskan apakah perlu penyesuaian terhadap kebijakan; (4) Membantu sekolah mendapat dukungan dari Pemerintah Kota Medan, serta seluruh stakeholder yang terkait.

8. Tahap tindak lanjut

Tercapainya target program pada suatu kasus studi belum dapat dijadikan sebagai indikator keberhasilan program dalam kerangka yang lebih luas. Begitu banyak persoalan yang dihadapi masyarakat baik sosial kemasyarakatan maupun masalah fisik lingkungan yang belum tersentuh sehingga menjadi kendala bagi penerapan PHBS di sekolah khususnya di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan. Evaluasi dilakukan dalam 2 (dua) tahap, yaitu pada tahap pelaksanaan dan pada tahap setelah kegiatan pengabdian. Pada tahap pelaksanaan kegiatan, tim secara acak memberikan pertanyaan kepada siswa, guru atau petugas UKS tentang penerapan PHBS di sekolah. Akhir kegiatan tim memberikan kesimpulan bahwa siswa, guru dan petugas UKS telah memahami indikator pelaksanaan PHBS di sekolah.

Tahap evaluasi, tim pengabdian kepada masyarakat melakukan kunjungan ke SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan untuk melihat sejauh mana penerapan PHBS meskipun kegiatan pendampingan telah selesai. Evaluasi tahap kedua merupakan upaya tim pengabdian kepada masyarakat untuk menjaga komitmen sekolah untuk mewujudkan lingkungan sekolah yang bersih dan sehat. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat menghasilkan beberapa luaran yaitu:

1. Penerapan PHBS dalam kehidupan sehari-hari
2. Lingkungan sekolah yang bersih dan sehat
3. Membuang sampah pada tempatnya
4. Meningkatkan prestasi akademik siswa/siswi
5. Meningkatkan animo masyarakat untuk menyekolahkan anaknya di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan

SIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini menghasilkan simpulan bahwa:

1. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk pembinaan dan pendampingan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan ini telah dilaksanakan dengan baik, dimana semua pihak yang terlibat sangat antusias dan berperan aktif dalam kegiatan tersebut.
2. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahap yaitu

persiapan kegiatan, pelaksanaan dan evaluasi.

3. Luaran kegiatan pengabdian kepada masyarakat diperoleh informasi bahwa warga sekolah telah menerapkan PHBS dalam kehidupan sehari-hari, lingkungan sekolah yang bersih dan sehat; meningkatnya prestasi akademik siswa; dan meningkatnya animo masyarakat untuk menyekolahkan anaknya di SD Negeri 060820 dan SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan.

UCAPAN TERIMA KASIH (Optional)

Kami dari tim Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengucapkan terima kasih kepada Kepala Bagian Promosi Kesehatan Berserta Team Puskesmas Teladan Kota Medan dan Kepala sekolah SD Negeri 060820 & SD Negeri 064030 Teladan Kota Medan sudah memberikan waktu dan kesempatan kepada kami untuk melakukan salah satu Tridarma di Perguruan Tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Badan Pusat Statistik. 2013. Survei Sosial Ekonomi (Susenas) Tahun 2013. Badan Pusat Statistik. Jakarta.
- Depkes R.I. 2009. Panduan Pengelolaan Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Lingkungan. Direktorat Remaja: BKKBN. Jakarta.
- Diana, F.M., F. Susanti, dan A. Irfan. 2013. Pelaksanaan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di SD Negeri 001 Tanjung Balai Karimun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8 (1): 46-51.
- Kemenkes R.I. 2011. Promosi Kesehatan di Daerah Bermasalah Kesehatan Panduan Bagi Petugas Kesehatan di Puskesmas. Jakarta.
- Kemenkes R.I. 2013. Perilaku Merokok Masyarakat Indonesia. Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Kemenkes R.I. 2013. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Kemenkes R.I. 2013. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2013. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan R.I. Jakarta.