




Analisis Pemberdayaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Di Sekolah Dasar

Servista Bukit¹, S. Lamriana Hutagalung², Weni Sarbaini³

¹UPT SPF SDN 101835 Bingkawan, Indonesia

²SMA Swasta Kampus Nommensen, Indonesia

³Pascasarjana Universitas Negeri Medan, Indonesia

| Article Info | ABSTRAK |
|--|--|
| <p>Genesis Artikel:</p> <p>Diterima, 01 November 2022 Direvisi, 15 November Tahun 2022 Disetujui, 22 Desember Tahun 2022</p> | <p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perilaku siswa kelas V SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit Kab. Deli Serdang dalam menjaga kebersihan tubuh agar terhindar dari berbagai penyakit. Upaya untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan tubuh merupakan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Adapun penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan subjek penelitian berjumlah 25 orang siswa/i. Teknik pengumpulan data menggunakan angket, wawancara, dan dokumentasi. Dari hasil analisis data diketahui bahwa rata-rata PHBS siswa kelas V SDN 101835 Bingkawan mencapai 64 % dengan kategori cukup baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa PHBS siswa kelas V SDN 101835 Bingkawan masih perlu ditingkatkan lagi baik melalui kegiatan olah raga dan olah pikir dari guru serta bimbingan teknis dari pihak Puskesmas.</p> |
| <p>Kata Kunci:</p> <p>Perilaku bersih Sehat Sekolah dasar</p> | |
| <p>Keywords:</p> <p>Healthy behavior Clean Elementary school</p> | |
| | <p>ABSTRACT</p> |
| | <p><i>This study aims to determine the behavior of fifth grade students at SDN 101835 Bangkawan Kec. Sibolangit Kab. Deli Serdang in maintaining the cleanliness of the body to avoid various diseases. Efforts to maintain and improve body health are clean and healthy living behaviors (PHBS). As for this research using descriptive method with research subjects totaling 25 students. Data collection techniques use questionnaires, interviews, and documentation. From the results of data analysis, it is known that the average PHBS of fifth grade students at SDN 101835 Bangkawan reaches 64% in a fairly good category. These results indicate that the PHBS of class V students at SDN 101835 Bangkawan still needs to be improved through sports activities and thought exercises from the teacher as well as technical guidance from the Community Health</i></p> |
| | <p style="text-align: right;"><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> <div style="text-align: right;">  </div> |
| <p>Penulis Korespondensi:</p> <p>Servista Bukit, UPT SPF SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit, Kab. Deli Serdang-Indonesia, Email: servista12@gmail.com</p> | |

1. PENDAHULUAN

Proses pembelajaran yang dilaksanakan di jenjang sekolah dasar tidak hanya semata untuk membentuk keterampilan berpikir peserta didik untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal, namun juga perlu untuk membentuk perilaku hidup bersih setiap peserta didik. Sehingga pengalaman belajar yang diterima peserta didik dapat membantu mereka untuk menjaga kebersihan tubuh dan kesehatan tubuhnya. Setiap peserta didik perlu

memiliki pengetahuan tentang kesehatan tubuh yang diperoleh melalui pengalaman belajar. Sehingga setiap guru perlu merancang pembelajaran yang dapat membantu anak mengenal dan menguasai cara menjaga kesehatan tubuh itu. Demikian halnya di jenjang sekolah dasar yang menjadi tempat peserta didik untuk memperoleh pengalaman belajar yang membentuk perilakunya. Perilaku merupakan suatu reaksi individu terhadap stimulus yang diterimanya sehingga sangat berpengaruh pada diri (Lake et al., 2017). Oleh karena itu, seorang guru sekolah dasar perlu memberikan stimulus yang tepat untuk membangun perilaku peserta didik. Adapun perilaku yang perlu ditumbuhkan dalam diri peserta didik adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

PHBS adalah perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan diri (Bur dan Septiyanti dalam Yulianingsih et al., 2022). Adapun indikator penerapan PHBS seperti yang diuraikan Departemen kesehatan Republik Indonesia di sekolah antara lain: mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, mengkonsumsi 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 (Nova et al., 2022). Penerapan PHBS di sekolah dasar tidak terlepas dari peran guru sebagai pendidik dan fasilitator dalam pembelajaran. Tidak hanya itu sarana dan prasarana di sekolah juga berperan penting dalam menyediakan fasilitas bagi peserta didik untuk membentuk PHBS. Oleh karena itu, dibutuhkan kesadaran dalam diri setiap warga sekolah dan kerjasama dalam mewujudkan kesehatan di lingkungan sekolah.

Penerapan PHBS oleh peserta didik di sekolah merupakan alah satu bentuk perwujudan tujuan pendidikan nasional Indonesia seperti yang diuraikan pada Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional bahwa pendidikan Indonesia bertujuan untuk membentuk peserta didik yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Dengan demikian jelas bahwa melalui proses pembelajaran, peserta didik dapat mewujudkan hidup yang sehat. Dipertegas lagi pada Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 ayat (1) Tentang Kesehatan menyatakan bahwa "Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Hal tersebut seperti diutarakan oleh Yulianingsih, dk (2022) bahwa guru perlu menanamkan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat disekolah agar siswa menjadi terbiasa melaksanakannya. Bahkan dengan menjaga kesehatan tubuh sejak usia anak sekolah dapat membantu peserta didik terhindar dari penyakit (Nur et al., 2021). Demikian pula seperti yang diutarakan oleh Nova, dkk (2022) bahwa masalah kesehatan yang sering timbul pada usia anak sekolah yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis hingga gangguan dalam belajar dan juga masalah kesehatan umum.

Kesehatan menjadi modal utama bagi peserta didik untuk mengikuti pembelajaran di sekolah. Dengan tubuh yang sehat, setiap peserta didik dapat berkonsentrasi dalam belajar sehingga pada akhirnya pertumbuhannya maksimal dapat meningkatkan hasil belajarnya (Tabi'in, 2020). Hal tersebut sudah diyakini oleh setiap peserta didik, namun dalam pelaksanaannya peserta didik sering tidak menyadarinya. Terutama pada saat mereka jajan makanan sembarang di lingkungan sekolah. Seperti hasil pengamatan di lingkungan SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit, ditemukan bahwa peserta didik sering jajan makanan sembarangan yang dijual di tepi jalan raya yang terlihat memang tidak begitu higienis karena sudah terkena abu. Lokasi SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit memang terletak di jalan raya yang dilalui berbagai jenis kendaraan bermotor. Sehingga banyak abu-abu dan asap kendaraan bermotor yang mengenai makanan-makanan yang dijual. Dan akibatnya makanan itu menjadi kurang higienis. Bahkan peserta didik sering membeli makanan yang dibakar/dipanggang dalam waktu yang sangat singkat dan terlihat memang makanan itu tidak matang secara keseluruhan. Terkesan makanan itu hanya setengah matang. Saat guru kelas V SDN 101835 Bingkawan bertanya kepada peserta didik kelas V SD, dari 25 orang siswa terdapat 20 orang siswa yang sering jajan makanan yang dibakar/dipanggang tersebut. Hanya 5 orang siswa yang tidak mau jajan makanan tersebut karena sudah dilarang oleh orang tuanya. Hal ini diperkuat dari penelitian Safriana dalam (Nurhidayah et al., 2021) bahwa jajan di sekolah sebagian besar menimbulkan resiko yang berdampak pada kesehatan siswa.

Dari hasil wawancara guru dengan 25 orang siswa kelas V SDN 101835 Bingkawan ternyata ada 23 orang siswa yang hampir setiap hari mengkonsumsi minuman es di kantin sekolah baik di waktu pagi maupun siang hari. Ditambah lagi masih banyak siswa kelas V SD yang tidak sarapan pagi dari rumah. Sehingga sering beberapa siswa yang mengalami sakit perut saat sudah sampai di sekolah. Saat ditanyai mengapa tidak sarapan pagi, sebagian besar siswa menjawab tidak selera dengan menu yang ada (13 orang), tidak disediakan sarapan pagi di rumah (2 orang), tidak sempat sarapan pagi atau kesiangn (2 orang), tidak biasa sarapan pagi (8 orang). Dari hasil wawancara ini memperjelas bahwa perilaku hidup bersih dan sehat siswa masih sangat kurang dan membutuhkan peran penting guru dalam memotivasi siswa untuk selalui hidup sehat. Dari hasil pengamatan guru terkait

kebiasaan cuci tangan sebelum dan sesudah belajar siswa kelas V SDN 101835 Bingkawan juga masih perlu ditingkatkan. Hal ini dikarenakan sudah mulai tidak dibiasakan lagi. Terlihat juga perlengkapan cuci tangan anak-anak juga tidak begitu memadai lagi. Bahkan sabun cuci tangan juga tidak disediakan lagi di sekolah. Padahal sekolah juga adalah sumber penyuluhan dan fasilitas kesehatan bagi setiap peserta didik (Mustafar et al., 2018). Sehingga mengenai kebutuhan cuci tangan harus ada di sekolah dan layak dipakai oleh peserta didik.

Terkait dengan masalah sampah, berdasarkan pengamatan guru terlihat seluruh peserta didik kelas V SDN 101835 sudah terbiasa membuang sampah pada tempatnya. Hal ini dikarenakan sudah terdapat tong sampah yang layak pakai di kelas dan lingkungan sekolah. Guru sudah sering mengingatkan seluruh anak didik untuk membuang sampah pada tempatnya. Selanjutnya mengenai kebersihan toilet, terlihat sebagian kecil anak-anak yang sudah bisa menjaga kebersihan toilet. Akan tetapi anak-anak belum mampu untuk antri menggunakan toilet, sehingga ada beberapa anak yang sering menggedor-gedor pintu toilet dan terdengar kericuhan akibat ulah mereka. Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk menganalisis pemberdayaan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa kelas V SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit Kabupaten Deli serdang T. A 2022/2023.

2. KAJIAN PUSTAKA

2.1 Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku yang ditunjukkan oleh setiap individu dengan penuh kesadaran sendiri untuk meningkatkan kesehatannya dan berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan yang sehat merupakan perilaku hidup bersih dan sehat (Hayati & Hasibuan, 2020). Perilaku hidup bersih sehat (PHBS) seperti makan makanan bergizi, banyak minum, banyak mengonsumsi buah, jangan dekat-dekat orang merokok, dan istirahat cukup (Kusumawati, 2017, p. 94). Dengan demikian semakin jelas bahwa perilaku yang ditunjukkan oleh setiap individu dalam menjaga kebersihan diri dan lingkungan untuk mencapai kesehatan diri merupakan PHBS. Sehingga pemberdayaan PHBS di sekolah dasar menjadi sangat penting untuk diterapkan oleh setiap warga sekolah. Lingkungan sekolah yang bersih dapat mendukung kesehatan para warga sekolah yang berada di dalamnya.

Tubuh yang sehat sangat mendukung proses pembelajaran di sekolah, oleh karena itu guru perlu mengajak para peserta didik untuk mencapai kesehatan itu melalui menjaga kebersihan diri dan lingkungan. Hal ini sesuai dengan istilah *mens sana in corpore sano* yang bermakna dalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang kuat. Oleh karena itu guru harus selalu berupaya mengajak setiap peserta didik untuk mencapai kesehatan tubuh yang maksimal demi jiwa yang kuat dalam belajar. Kesehatan merupakan suatu kondisi dimana kondisi tubuh manusia jauh atau terbebas dari suatu penyakit (Hidayati, 2019). Peserta didik dengan kesehatan yang maksimal memiliki modal kuat dalam mencapai keterampilan hidup (*life skills*) yang dibutuhkannya. Hal tersebut diperkuat lagi dari pendapat Bur & Septiyani (2020) bahwa kesehatan adalah merupakan salah satu faktor penting dalam upaya pembangunan Sumber Daya Manusia (SDM) termasuk peserta didik.

2.2 Indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Pemberdayaan PHBS di sekolah dasar menjadi program penting untuk mendukung peserta didik yang sehat. Indikator PHBS sangat beragam sesuai dengan lingkungan hidup manusia baik di sekolah, rumah, ataupun masyarakat (Wibisana, 2021). Berangkat dari hasil penelitian Yulianingsih, dkk pada tahun 2022 bahwa terdapat tiga indikator pengukuran pemberdayaan PHBS di lingkungan sekolah yaitu, kebersihan diri, kesehatan tubuh, dan kebersihan lingkungan lingkungan sekolah. Adapun perilaku pada indikator kebersihan diri adalah: mandi pagi sebelum berangkat ke sekolah, menggunting kuku tangan yang panjang, menunjukkan keinginan terlihat bersih, mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, menggunakan sabun untuk mencuci tangan. Indikator kesehatan tubuh akan terlihat dari: penggunaan masker saat pilek, mengikuti kegiatan olah raga rutin di sekolah, membawa bekal makanan dari rumah, membeli makanan yang bersih di kantin sekolah, dan menyadari pentingnya kebersihan tubuh. Sementara perilaku yang tampak pada indikator kebersihan lingkungan sekolah adalah: membuang sampah pada tempatnya, melarang warga sekolah membuang sampah sembarangan, mengutip sampah yang berceceran di sekolah, menegur warga sekolah membuang sampah sembarangan dengan sopan, membersihkan toilet sekolah.

2.3 Penelitian Relevan

Keberhasilan penelitian ini didukung dari hasil penelitian relevan lainnya. Berdasarkan hasil penelitian Yulianingsih, dkk menyimpulkan bahwa hasil analisis data penelitian yang dilakukan terhadap 33 siswa di SDN Belendung III dapat diketahui bahwa rata-rata 77% siswa kelas IV sudah baik dalam menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah melalui bimbingan guru. Demikian juga hasil penelitian dari Mustar, dkk (2018) bahwa melalui tindakan intervensi pendidikan kesehatan kepada peserta didik menunjukkan terjadi peningkatan

pengetahuan, sikap dan tindakan terhadap PHBS siswa kelas IV SD N I Tandes Kidul. Dipertegas lagi oleh penelitian Tabi'in (2020) di RA Labschool IAIN Pekalongan bahwa PHBS yang ditunjukkan anak didik terlihat melalui perilaku mencuci tangan dengan menggunakan sabun di air yang mengalir atau menggunakan hand sanitizer, membuang sampah pada tempatnya, menggosok gigi bersama, pemberian makanan tambahan, pemeriksaan kesehatan secara berkala, menjaga lingkungan dan olah raga yang meliputi, senam, renang dan jalan sehat.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode analisis deskriptif kualitatif. Metode penelitian sesuai dengan tujuan yakni untuk menganalisis perilaku hidup bersih dan sehat peserta didik di sekolah dasar. Penelitian dilaksanakan di SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit Kabupaten Deli Serdang pada bulan November tahun 2022. Terdapat 25 siswa yang menjadi subjek penelitian di kelas V SD yang terdiri dari 13 orang laki-laki dan 12 orang perempuan. Adapun teknik pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini yaitu angket, wawancara, dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan analisis statistik deskriptif berupa rata-rata dan persentase. Hasil keseluruhan angket yang dijawab peserta didik kemudian dibandingkan dengan tabel kriteria PHBS peserta didik seperti pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel. 1 Kriteria PHBS Peserta didik

| Persentase | Kriteria |
|----------------|-------------|
| 0 % - 55 % | Kurang Baik |
| 55,1 % - 70 % | Cukup Baik |
| 70,1 % - 85 % | Baik |
| 85,1 % - 100 % | Sangat Baik |

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Dari hasil sebaran angket yang diisi oleh peserta didik kelas V SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit pada bulan November 2022 tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap 25 siswa diperoleh data berikut ini:

Tabel 2. Hasil Angket Indikator Kebersihan Diri

| Perilaku | Frekuensi | |
|--|---------------|---------------|
| | Ya | Tidak |
| Mencuci tangan menggunakan sabun | 18 72% | 7 28% |
| Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan | 20 80% | 5 20% |
| Mandi pagi sebelum berangkat ke sekolah | 15 60% | 10 40% |
| Memotong kuku tangan yang sudah panjang | 10 40% | 15 60% |
| Menunjukkan keinginan terlihat bersih | 16 64% | 9 36% |
| Rata-rata | 63,20% | 36,80% |

Tabel 3. Hasil Angket Indikator Kesehatan Tubuh

| Perilaku | Frekuensi | |
|---------------------------------------|-----------|----------|
| | Ya | Tidak |
| Menggunakan masker saat flu dan pilek | 21 84% | 4 16% |

| | | |
|---|---------------|---------------|
| Mengikuti kegiatan olah raga rutin di sekolah | 20 80% | 5 20% |
| Membawa bekal makanan dari rumah | 5 20% | 15 60% |
| Membeli makanan yang bersih di kantin sekolah | 21 84% | 4 16% |
| Menyadari pentingnya kebersihan tubuh | 15 60% | 10 40% |
| Rata-rata | 65,60% | 30,40% |

Tabel 4. Hasil Angket Indikator Kebersihan Lingkungan Sekolah

| Perilaku | Frekuensi | |
|---|---------------|---------------|
| | Ya | Tidak |
| Membuang sampah pada tempatnya | 22 88% | 3 12% |
| Melarang warga sekolah membuang sampah sembarangan | 10 40% | 15 60% |
| Mengutip sampah yang berceceran di lingkungan sekolah | 20 80% | 5 20% |
| Menegur warga sekolah yang membuang sampah sembarangan dengan sopan | 7 28% | 18 72% |
| Membersihkan toilet sekolah | 20 80% | 5 20% |
| Rata-rata | 63,20% | 36,80% |

Tabel 5. Rekapitulasi Hasil Angket PHBS Peserta Didik kelas V SDN 101835 Bingkawan

| Indikator PHBS | Frekuensi | |
|-------------------------------|-------------------|--------|
| | Ya | Tidak |
| Kebersihan Diri | 63,20% | 36,80% |
| Kesehatan Tubuh | 65,60% | 30,40% |
| Kebersihan Lingkungan Sekolah | 63,20% | 36,80% |
| Rerata | 64,00% | |
| Kriteria PHBS Peserta Didik | Cukup Baik | |

4.2 Pembahasan

Dari hasil data angket yang telah diisi oleh para peserta didik kelas V SDN 101835 Bingkawan tersebut diketahui bahwa secara klasikal kriteria PHBS cukup baik dengan persentase 64%. Hal ini menunjukkan bahwa pemberdayaan PHBS peserta didik kelas V SDN 101835 Bingkawan masih memerlukan peningkatan. Jika diamati pada indikator kebersihan diri untuk perilaku mencuci tangan menggunakan sabun dan mencuci tangan sebelum dan sesudah makan sudah baik. Namun pada perilaku mandi pagi sebelum berangkat ke sekolah, memotong kuku tangan yang sudah panjang, dan menunjukkan keinginan terlihat bersih dikategorikan cukup baik. Hasil angket ini menunjukkan bahwa persepsi perilaku hidup bersih anak dalam kehidupan di lingkungan sekolah masih perlu dibudayakan sejak sekarang. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Kotler dalam (Mulyanti & Fachrurrozi, 2016) bahwa peserta didik sebagai individu perlu menginterpretasikan suatu informasi guna

menciptakan gambaran yang memiliki arti. Jika dikaitkan dengan kebersihan diri, maka peserta didik harus mampu menginterpretasi mengenai manfaat kebersihan dirinya guna mencapai kesehatan tubuh. Sehingga proses informasi terkait kebersihan diri yang diperoleh dari guru dapat dipahami setiap anak. Dan pada akhirnya peserta didik dapat mengartikan sendiri betapa pentingnya menciptakan kebersihan diri yang dimulai dari mencuci tangan, memotong kuku dan mandi. Membangun persepsi dalam diri setiap peserta didik adalah tugas seorang guru yang merupakan fasilitator pembelajaran. Dengan demikian guru dapat mengkonstruksi pengalaman peserta didik di dalam menjaga kebersihan diri guna mencapai kesehatan tubuh. Oleh karena itu, kegiatan mencuci tangan yang menjadi program sekolah adalah strategi yang tepat untuk membudayakan perilaku mencuci tangan menggunakan sabun pada diri peserta didik. Hal inilah pengalaman yang diperoleh anak didik di sekolah menjadi pengalaman berharga baginya untuk membudayakan PHBS dan bahkan membangun pengetahuannya akan pentingnya hidup sehat. Hal ini sesuai dengan pembelajaran kontekstual seperti yang diungkapkan Komalasari dalam (Bukit et al., 2022) bahwa pengalaman langsung dapat membentuk pengaturan diri pada anak. Pengalaman mencuci tangan, memotong kuku, mandi adalah pembentuk diri anak menjadi bersih dan sehat.

Pada indikator kesehatan tubuh terlihat kesadaran peserta didik sudah sangat baik, terutama perilaku menggunakan masker saat flu atau pilek, mengikuti kegiatan olah raga di sekolah, dan membeli makanan sehat di kantin sekolah sudah sangat baik. Terlihat dari hasil wawancara bersama peserta didik, mereka sudah menyadari pentingnya menggunakan masker saat flu dan pilek. Pengalaman penggunaan masker selama pandemic covid-19 sudah menjadi pembiasaan bagi anak-anak selama ini. Anak-anak sudah tidak canggung lagi menggunakan masker di sekolah. Karena mereka menyadari manfaat penggunaan masker itu sendiri. Terutama mencegah penyebaran penyakit flu dan pilek yang sangat mudah menyebar melalui udara. Kegiatan olah raga yang diikuti peserta didik melalui pembelajaran olah raga dan senam pagi sangat bermanfaat bagi anak-anak dalam mewujudkan PHBS. Terlihat peserta didik sangat bersemangat dalam melakukan senam pagi yang dibimbing oleh guru. Gerakan senam sangat mempengaruhi gerakan-gerakan otot-otot tubuh peserta didik sehingga menjadi lentur dan sehat (Tarigan & Bukit, 2022).

Namun perilaku membawa bekal makanan dari rumah oleh peserta didik masih perlu diperhatikan oleh guru. Terlihat peserta didik masih lebih memilih jajan di kantin sekolah ketimbang membawa makanan sendiri dari rumah. Saat ditanya kepada beberapa peserta didik, mereka menjawab lebih enak jajanan di sekolah karena berbagai macam rasa makanan ataupun minuman. Nah, disinilah perlu guru menunjukkan perannya untuk mengajak peserta didik untuk lebih mengkomsumsi makanan yang sehat saja. Guru melalui pembelajaran di kelas, perlu mengenalkan kepada setiap peserta didik tentang makanan yang sehat dan makanan yang tidak sehat. Dari pengalaman ini lah anak dapat mengetahui perbedaan makanan itu. Bahkan akan lebih baik jika dilakukan penyuluhan kepada peserta didik tentang makanan sehat dan makanan tidak sehat. Seperti yang diungkapkan oleh Andriansyah & Rahmantari (2013) pemberian penyuluhan terkait PHBS diharapkan dapat menjadi upaya menyadarkan siswa akan pentingnya melakukan perilaku bersih dalam kehidupan sehari-hari.

Pada indikator kebersihan lingkungan sekolah terlihat membuang sampah pada tempatnya sudah membudaya dalam diri peserta didik. Anak-anak sudah dibiasakan oleh guru untuk membuang sampah pada tempatnya. Walaupun masih ada sebagian kecil anak-anak yang belum menyadari pentingnya membuang sampah pada tempatnya. Hasil penelitian Mulyanti & Fachrurrozi (2016) menyarankan perlu dilaksanakn program bank sampah untuk menangani masalah sampah di sekolah. Diharapkan melalui program bank sampah dapat menumbuhkan sikap positif peserta didik terhadap sampah di sekolah. Dan pada akhirnya tidak akan terdapat lagi sampah berceceran di lingkungan sekolah. Hal ini dikarenakan sikap positif mereka terhadap sekolah melalui teguran yang sopan dan larangan kepada pembuang sampah sembarangan. Namun pada perilaku membersihkan toilet sekolah ini yang masih membutuhkan perhatian dari guru. Pembudayaan tata kebersihan toilet perlu dibudayakan lagi. Memang sudah ada petugas kebersihan sekolah untuk menjaga kebersihan sekolah. Namun dengan mengorganisir peserta didik dalam membersihkan toilet sepertinya lebih berguna untuk masa yang akan datang. Misalnya dengan piket kebersihan toilet di setiap kelas dengan pendampingan dari guru.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil angket, wawancara dan dokumentasi yang telah dilaksanakan peneliti maka dapat disimpulkan hasil analisis PHBS peserta didik kelas V SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit dikategorikan cukup baik dengan persentase 64%. Hasil analisis penelitian ini menunjukkan masih dibutuhkan upaya pemberdayaan PHBS lagi pada peserta didik. Adapun kegiatan yang dapat mendukung pemberdayaan PHBS seperti menambah fasilitas cuci tangan, sabun, ketersediaan air yang cukup ditambah lagi perlunya pengalaman belajar yang dapat menerapkan budaya hidup sehat kepada peserta didik. Ditambah lagi perlunya penyuluhan kesehatan dari pihak Puskesmas terdekat kepada seluruh warga sekolah terkait hidup bersih. Bahkan guru juga

perlu berkomunikasi dengan pihak kantin sekolah untuk menyediakan makanan yang bersih dan bernutrisi cukup bagi setiap peserta didik di lingkungan sekolah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis sadar bahwa artikel ini masih banyak kekurangan. Walaupun demikian penulis bersyukur atas bantuan dari berbagai pihak sehingga penelitian ini dapat terlaksana. Penulis mengucapkan rasa terima kasih kepada kepala UPT SPF SDN 101835 Bingkawan Kec. Sibolangit dan semua pihak yang telah berperan penting dalam penyelesaian penelitian ini. Ucapan terimakasih juga kami ucapkan kepada Tim Redaksi Journal Of Community Development (JCD) atas penyempurnaan artikel ini sehingga layak dipublikasikan.

REFERENSI

- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. N. (2013). Penyuluhan Dan Praktik Phbs (Perilaku Hidup Bersih. *Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1), 45-50.
- Bukit, S., Perangin-angin, R. B., & Murad, A. (2022). Strategi Guru dalam Menumbuhkan Kemandirian Belajar Peserta Didik di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 6(5), 7858-7864. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v2i1.95>
- Bur, N., & Septiyanti, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 47-52. <https://doi.org/10.37541/celebesabdimas.v2i1.301>
- Hayati, N., & Hasibuan, R. (2020). Potret Upaya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Menuju Adaptasi Kebiasaan Baru di Kecamatan Binjai Barat Kelurahan Sukaramai. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 5(2), 13-18.
- Hidayati, P. N. (2019). PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) SESUAI AJARAN ISLAM SISWA KELAS V MI MAARIF DUKUH. *Elementary*, 7(1), 37-53.
- Kusumawati, H. (2017). *Buku Tema 2. Udara Bersih bagi Kesehatan Untuk SD/MI kelas V* (M. Widia Pekerti, Rita Milyartini, Miftahul Khairiyah, Masrukan, Rahmat, Mulyana, Sri Sulistyorini, Filia Prima Artharina, Daru Wahyuni, Eddy Budiono (ed.); 2nd ed.). Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Guru dan Tenaga Kependidikan.
- Lake, W. R. R., Hadi, S., & Sutriningsih, A. (2017). Hubungan komponen perilaku (pengetahuan, sikap, tindakan) merokok pada mahasiswa. *Nursing News*, 2(3), 843-856.
- Mulyanti, K., & Fachrurrozi, A. (2016). Analisis sikap dan perilaku masyarakat terhadap pelaksanaan program bank sampah (Studi Kasus Masyarakat Kelurahan Bahagia Bekasi Utara). *Optimal: Jurnal Fakultas Ekonomi Universitas Islam "45" Bekasi*, 10(2), 185-198.
- Mustafar, Y. S., Susanto, I. H., & Bakti, A. P. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah dasar. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendiidikan*, 632(2), 89-95. http://forschungsunion.de/pdf/industrie_4_0_umsetzungsempfehlungen.pdf%0Ahttps://www.dfki.de/fileadmin/user_upload/import/9744_171012-KI-Gipfelpapier-online.pdf%0Ahttps://www.bitkom.org/sites/default/files/pdf/Presse/Anhaenge-an-PIs/2018/180607-Bitkom-KPM
- Nova, Febriani, C. A., Yanti, D. E., & Rahmah, Aulyya Rahmah, Echa Rafika, Fadhilah Amanda Sari, Ghina Gabriella Yusuf, Renna Oktavia Rudi, Y. A. P. (2022). Penyuluhan Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Tatanan Sekolah Di. *Journal of Community Services in Humanities and Social Sciences*, 4(1), 27-38.
- Nur, W., Sari, I., Mulyadi, S., Al-Azhar, M., & Gresik, I. (2021). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Journal Of Education Research P*, 1(1), 2808-5558. <https://pedirresearchinstitute.or.id/index.php/THEJOER/index>
- Nurhidayah, I., Asifah, L., & Rosidin, U. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1), 61-71. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i1.4864>
- Tabi'in, A. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat(Phbs) Pada Anak Usia Dini Sebagai Upaya Pencegahan Covid 19. *JEA (Jurnal Edukasi AUD)*, 6(1), 58. <https://doi.org/10.18592/jea.v6i1.3620>
- Tarigan, E., & Bukit, S. (2022). Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun Melalui Foot Print Game di TK Negeri Pembina Pancur Batu T . A 2021 /2022. 1(2), 152-158. <https://doi.org/10.54259/diajar.v1i2.676>
- Wibisana, M. I. N. (2021). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Desa Wonosalam Demak. *Journal of Dedicators Community*, 5(1), 1-7. <https://doi.org/10.34001/jdc.v5i1.1096>

Yulianingsih, N. F. A., Ananda, W., & DS, N. Y. (2022). Analisis Prilaku Hidup bersih dan sehat di Sekolah dasar. *Jurnal PANCAR Pendidikan Anak Cerdas Dan Pintar*, 6(1), 50-57.
<https://jurnal.unugha.ac.id/index.php/pancar/article/view/332>