



Available online at:
<https://kalamnusantara.org/index.php/najah>



Najah: Journal of Research and Community Services

Unggas Sehat (Ular Tangga Sekolah Sehat) Sebagai Media Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah

Yulita Mustika Rini

Puskesmas Pakuniran Kabupaten Probolinggo

Email: anandatika127@gmail.com

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah Sekumpulan perilaku yang dipraktikan atas dasar kesadaran hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sepertinya mudah untuk dikatakan tetapi penerapannya sangat sulit karena membutuhkan kesadaran dan kesungguhan akan pentingnya menjaga kesehatan. Penerapan PHBS di sekolah menjadi kebutuhan mutlak seiring dengan munculnya permasalahan kesehatan yang menyerang anak usia sekolah. Tujuan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah. Metode yang digunakan adalah metode ceramah dan implementasi permainan ular tangga phbs sekolah. Peserta yang terlibat sebanyak 19 orang siswa SDN Sumber Kembar dengan dilakukan analisis diskriptif hasil pretest dan posttest. Ular Tangga PHBS adalah media promosi untuk menyampaikan pesan dan penerimaan informasi kesehatan yang digunakan di sekolah. Ular Tangga PHBS dirancang untuk memberikan pengetahuan kepada siswa melalui metode belajar sambil bermain. Dari metode yang digunakan, maka hasil menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah yang ditunjukkan dari rata-rata peningkatan nilai pre test dan post test yang semula 81,58 menjadi 95,78 sehingga terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 14.2 %.

Kata Kunci: PHBS, Sekolah, Ular Tangga

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a set of behaviors that are practiced on the basis of awareness of the results of learning, which makes a person, family, group or community able to help themselves (independently) in the field of health and play an active role in realizing public health. Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) seems easy to say but its application is very difficult because it requires awareness and seriousness about the importance of maintaining health. The implementation of PHBS in schools is an absolute necessity along with the emergence of health problems that attack school-age children. The purpose of implementing this activity is to increase the knowledge of elementary school students about Clean

and Healthy Living Behavior (PHBS) at school. The method used was the lecture method and the implementation of the school PHBS snakes and ladders game. The participants involved were 19 students of SDN Sumber Kembar with descriptive analysis of pre and post test results. The PHBS Snake Ladder is a promotional media to deliver messages and receive health information used in schools. The PHBS Snake Ladder is designed to provide knowledge to students through learning while playing methods. From the method used, the results show that there is an increase in students' knowledge about clean and healthy living behavior at school as shown by the average increase in pre-test and post-test scores from 81.58 to 95.78 so that there is an increase in knowledge by 14.2%.

Keywords: PHBS, School, Snake Ladder

PENDAHULUAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah Sekumpulan perilaku yang dipraktikan atas dasar kesadaran hasil pembelajaran, yang menjadikan seseorang, keluarga, kelompok atau masyarakat mampu menolong dirinya sendiri (mandiri) di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakat. Dalam penerapannya telah disepakati bahwa terdapat 5 tatanan yang harus dilakukan pembinaan PHBS yaitu tatanan rumah tangga, tatanan institusi pendidikan, tatanan tempat kerja, tatanan fasilitas pelayanan kesehatan dan tatanan tempat-tempat umum (Kemenkes RI, 2011). Berdasarkan Undang-undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 tentang Kesehatan, ditegaskan bahwa kesehatan sekolah dilaksanakan untuk memungkinkan peserta didik dalam lingkungan sekolah untuk berperilaku hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh dan berkembang secara harmonis, sehingga diharapkan dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (UURI, 2009). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sepertinya mudah untuk dikatakan tetapi penerapannya sangat sulit karena membutuhkan kesadaran dan kesungguhan akan pentingnya menjaga kesehatan. Penerapan PHBS di sekolah menjadi kebutuhan mutlak seiring dengan munculnya permasalahan kesehatan yang menyerang anak usia sekolah. Dalam Penilaian Kinerja Puskesmas (PKP) terdapat indikator pelaksanaan intervensi PHBS di tatanan institusi pendidikan yang menargetkan 73% dari total institusi pendidikan di wilayah kerja Puskesmas Pakuniran harus memenuhi 10 – 12 Indikator PHBS (Klasifikasi IV) yaitu: mencuci tangan dengan air yang mengalir & menggunakan sabun, menggunakan jamban bersih dan sehat, menggunakan masker dengan benar, menjaga jarak, melakukan desinfektan ruang belajar, melakukan cek suhu, membawa peralatan pribadi dan bekal makan sendiri, pengaturan sirkulasi udara, memberantas jentik, tidak merokok di sekolah, mengukur BB dan TB tiap 6 (enam) bulan sekali, membuang sampah pada tempatnya.

Menurut data RISKESDAS (2013) Praktik kebersihan anak-anak di Indonesia juga masih buruk, yaitu hanya 13% anak-anak antara lima dan empat belas tahun mencuci tangan dengan sabun setelah buang air besar, 14% mencuci tangan dengan sabun sebelum makan dan 35 % cuci tangan pakai sabun setelah makan. Berdasarkan Penilaian Kinerja Puskesmas (PKP) Puskesmas Pakuniran Tahun 2022, Institusi Pendidikan yang memenuhi 10-12 indikator PHBS (Klasifikasi IV) masih sebesar 19,2% dari target pencapaian sebesar

73% dengan total sasaran yaitu 52 sekolah yang terdata di wilayah kerja Puskesmas Pakuniran. Sehingga diperoleh kesenjangan yang harus dicapai dalam kurun waktu 6 bulan hingga bulan desember 2022 yaitu sebesar 53,8%. Untuk mencapai kesenjangan tersebut maka, harus dilakukan upaya edukasi PHBS di Intitusi Pendidikan dengan penyuluhan dibantu dengan media pendukung.

Media dalam promosi kesehatan menjadi alat bantu dalam menyampaikan pesan kesehatan. Media pendidikan kesehatan disebut juga sebagai alat peraga karena berfungsi untuk membantu dan memeragakan sesuatu dalam proses pendidikan atau pengajaran (Maulana, 2009:172). Dalam hal ini, media pendidikan kesehatan dapat diwujudkan dengan alat peraga modifikasi permainan ular tangga PHBS sebagai media penunjang dalam kegiatan edukasi PHBS sekolah. Media pembelajaran permainan ular tangga dipilih karena relatif mudah, tidak membutuhkan ruang yang luas, dan dapat dimainkan oleh lebih dari satu anak sehingga aspek sosial tetap dapat dipertahankan. Permainan ular tangga juga dapat dimodifikasi untuk memuat informasi kesehatan dan PHBS.

Ular Tangga PHBS adalah media promosi untuk menyampaikan pesan dan penerimaan informasi kesehatan yang digunakan di sekolah. Ular Tangga PHBS dirancang untuk memberikan pengetahuan kepada siswa melalui metode belajar sambil bermain. Permainan ular tangga ini dapat digunakan oleh semua kalangan. Permainan ular tangga dengan ukuran yang lebih besar daripada ular tangga yang biasa. Selain aspek pengetahuan, aspek lain yang penting untuk dikembangkan dari permainan ini adalah gerakan tubuh seseorang secara aktif, sehingga fisik juga dapat lebih aktif ketika mengikuti permainan ini (Prasetyawati dkk, 2019).

Tujuan dalam pelaksanaan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah.

METODE

Kegiatan ini dilakukan dengan metode ceramah dan bermain Bersama menggunakan permainan ular tangga dengan tema PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) di sekolah. Kegiatan dilaksanakan di SDN Sumber Kembar dengan peserta didik sebanyak 19 orang yang merupakan perwakilan dari kelas 5, dan 6 pada bulan Agustus 2022. Media yang digunakan dalam penyuluhan adalah laptop, proyektor, video PHBS, permainan ular tangga set dan kuisisioner pre test dan post test. Data hasil dari pre test dan post test akan dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan table dan grafik. Tahapan dilakukannya kegiatan ini adalah sebagai berikut :

1. Konsultasi dengan Kepala Puskesmas tentang kegiatan yang akan dilakukan dengan tujuan untuk menjelaskan tentang permasalahan yang ada dan gagasan pemecahan masalah yang ditawarkan oleh penulis sebagai inovasi. Dalam penyusunan proposal inovasi ini, penulis membutuhkan saran perbaikan agar inovasi yang ditulis sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai
2. Pembuatan Media Edukasi UNGGAS SEHAT dan Video “AYO Ber-PHBS” Media edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah di desain oleh penulis dengan media desain

Aplikasi CANVA, dengan memasukkan indicator PHBS Sekolah ke dalam papan permainan. Setelah itu, penulis membuat media video penyuluhan PHBS Sekolah.

3. Koordinasi dan Sosialisasi kepada Guru Penanggung Jawab Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) dilakukan untuk mengenalkan media edukasi kesehatan berupa permainan Ular Tangga yang dikenal dengan UNGGAS SEHAT dan Video Edukasi “AYO BerPHBS”. Untuk memudahkan guru pj UKS untuk menyampaikan materi indicator PHBS di Sekolah.
4. Menyusun kuisisioner pre test dan post test dengan jumlah pertanyaan 10 soal yang setiap soal memiliki pilihan jawaban a,b,c. jika benar bernilai 1 dan jika salah bernilai 0. Maka dari pertanyaan yang terjawab dapat diperoleh besaran skornya.
5. Media UNGGAS SEHAT dan Video “AYO Ber-PHBS” diimplementasikan di SDN Sumber Kembar, dimana siswa telah mengisi kuisisioner pre test sebelum diputarkannya video “AYO BerPHBS” di sekolah, dan dipraktikkan dalam permainan UNGGAS SEHAT. Video paparan tentang indicator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) diputarkan agar siswa memiliki gambaran terlebih dahulu mengenai PHBS di Sekolah,. Setelah itu siswa diajak bermain dan belajar dengan menggunakan Alat peraga modifikasi permainan UNGGAS SEHAT yang memuat indicator penerapan PHBS di Sekolah pada setiap kotak-kotak permainannya. Siswa bermain UNGGAS SEHAT dengan melempar dadu terlebih dahulu, kemudian siswa mengikuti jumlah dadu yang didapat. Jika siswa berdiri dalam kotak yang terdapat gambar ular, maka siswa harus turun, segitu juga sebaliknya jika terdapat gambar tangga maka siswa naik sesuai dengan gambarnya. Selain itu, siswa wajib membaca dengan keras tulisan yang tertera dan diminta untuk mempraktekkan jika ada gambar praktek, seperti praktek 6 langkah cuci tangan Diakhir, pengetahuan siswa akan dievaluasi dengan memberikan kuisisioner post test pada siswa.
6. Evaluasi dan penilaian hasil akhir kegiatan edukasi PHBS pada tatanan sekolah dengan membagikan lembar post test pada siswa untuk dijawab, agar diketahui pemahaman siswa antara sebelum diberi edukasi dan sesudah diberi edukasi PHBS Sekolah. Dari nilai pre dan post test nantinya akan dianalisa dalam bentuk table dan grafik untuk mengetahui pemahaman siswa tentang indicator PHBS Sekolah.
7. Monitoring dan Evaluasi dilakukan pada sekolah-sekolah yang telah mendapatkan edukasi PHBS Sekolah dengan menggunakan UNGGAS SEHAT dan Video “AYO Ber-PHBS”. Dan elakukan advokasi kepada pihak sekolah melalui guru penanggung jawab UKS untuk kemudian dilakukan pembinaan berlanjut dengan dilakukan kunjungan PHBS 2x dalam setahun di sekolah dasar, untuk mengetahui apakah ada perubahan dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah oleh siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan di SDN Sumber Kembar dengan peserta didik sebanyak 19 orang yang merupakan perwakilan dari kelas 5, dan 6 pada bulan Agustus 2022. Diharapkan peserta didik dapat memahami materi yang telah disampaikan dan menerapkan PHBS di sekolah dan kehidupan sehari-hari agar dapat mencegah penularan dari berbagai penyakit serta dapat mewujudkan sekolah sehat.

Berdasarkan hasil rekapitulasi pretest dan posttest yang telah diisi oleh 19 orang siswa kelas 5 dan 6 SDN Sumber Kembar, maka diperoleh hasil tabulasi rekapitulasi pretest dan posttest sebagai berikut:

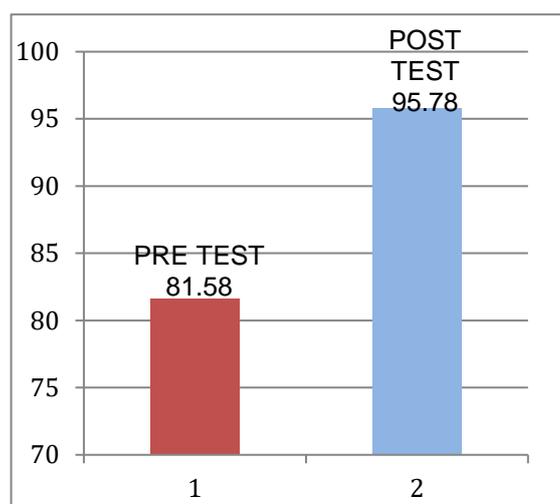
Tabel 1. Hasil Rekapitulasi PreTest dan Posttest siswa

NAMA	PRETEST	POSTTEST
VANI ZUMROTUL	100	100
NAYSILA	70	100
MALIKA ALFI	70	90
RIZA	80	80
HARIS	80	100
NAURA AHDA	80	90
IVAN	80	100
ANAM	90	100
NAZRIL ILHAM	90	100
KAMIL	90	100
LUBY	70	100
RARA	90	90
RAFFI SYADI	100	100
AGIS	100	100
SABTA	90	100
PUTRI	70	100
FARHANA DWI R	80	100
HASAN AINUL	40	80
NUR AISYAH H	70	90
JUMLAH	1540	1820
RATA – RATA	81,58	95,78

PERSENTASE	14, 20 %
-------------------	-----------------

Dari table di atas diperoleh hasil bahwa terjadi peningkatan pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah dengan hasil rekapitulasi pre test yaitu 81,58% dan hasil post test 95,78% dengan rata-rata kenaikan sebesar 14,20%. Siswa dengan kategori pengetahuan rendah (< 80%) sebanyak 6 orang, dan 13 orang lainnya memiliki pengetahuan yang baik ($\geq 80\%$). Peningkatan pengetahuan siswa dapat disajikan dengan menggunakan grafik sebagai berikut.

Gambar 1. Grafik peningkatan pengetahuan siswa dari hasil pretest dan post test



Berdasarkan (Sugiritama, 2021) siswa antusias dalam mengikuti materi penyuluhan dikarenakan metode yang digunakan dengan menggunakan audio visual dan keterlibatan langsung siswa. Hal ini ditunjukkan melalui penerapana metode edukasi yang digunakan yaitu permainan ular tangga seperti gambar berikut ini:

Gambar 1. Edukasi dilakukan dengan menampilkan video PHBS di sekolah.



Hal ini menunjukkan bahwa edukasi PHBS dengan gabungan metode ceramah dan implementasi permainan ular tangga berhasil meningkatkan pengetahuan siswa dari yang kurang menjadi baik. Hasil ini

menunjukkan efektivitas metode yang digunakan oleh penyuluh dalam menyampaikan materi dan informasi yang relevan tentang PHBS kepada peserta. Peningkatan pengetahuan ini penting dalam mendorong praktik perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah serta memberikan pemahaman yang lebih baik tentang praktik – praktik PHBS yang penting untuk menjaga Kesehatan siswa dan Masyarakat.

SIMPULAN

Dari kegiatan implementasi media UNGGAS SEHAT dan Video “AYO Ber-PHBS” didapatkan data bahwa Adanya peningkatan pemahaman siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah yang ditunjukkan dari rata-rata peningkatan nilai pre test dan post test yang semula 81,58 menjadi 95,78 sehingga terjadi peningkatan sebesar 14.2 %. Selain itu, juga Tersedianya media edukasi berupa video dan softfile alat peraga modifikasi permainan ular tangga tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah. Untuk media edukasi dapat didownload melalui link google drive sebagai berikut : https://drive.google.com/drive/folders/12C-qkxudEpquW7wXSK9i4upsAqpVd_n

DAFTAR PUSTAKA

- Maulana, H. D. J. (2009). *Promosi Kesehatan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.*
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 2269 Tahun 2011 tentang Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Jakarta : Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Prasetyawati, ND dan Sigid Sudariyanto. (2019). *Lomba Ular Tangga Gerakan Masyarakat Hidup Sehat Kelompok Tanggap Bocah. DIMAS, Vol. 1 No. 2, Juli 2019 hal 43-48.*
- Sugiritama, I. W. et al. (2021). *Pengembangan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Anak Sekolah Melalui Metode Penyuluhan. Buletin Udayana Mengabdi, 20(1), 64–70. <https://doi.org/10.24843/bum.2021.v20.i01.p11>*
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia (2010). *Pedoman PHBS tatanan sekolah. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia.*