

Membentuk Budaya dan Karakter Remaja tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) melalui Pelatihan di SMP Islam 1 Kota Ternate

Rusny Muhammad*¹, Kartini M Ali², Susan Arba³

^{1,2}Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Ternate, Indonesia

³Kesehatan Lingkungan, Poltekkes Kemenkes Ternate, Indonesia

*e-mail: rusny.muhammad@gmail.com¹, kartini.ali21@yahoo.com², restynsun@gmail.com³

Abstrak

Pembentukan nilai karakter hidup bersih dan sehat bisa dilakukan oleh individu, keluarga, masyarakat sekitar, dan sekolah. Karakter diarahkan pada aspek pengetahuan, keterampilan dan perilaku. Salah satu cara yang bisa digunakan pihak sekolah untuk membentuk karakter tersebut adalah dengan budaya sekolah. Budaya sekolah yang dilakukan secara konsisten, berkelanjutan dan didukung aturan serta contoh dari semua warga sekolah akan memberikan dampak positif bagi siswa dan menjadikan kebiasaan hidup bersih di kesehariannya. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini adalah membentuk karakter dan budaya tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam mencegah krisis kesehatan dengan memberdayakan anggota UKS Sekolah. Metode yang digunakan adalah metode pelatihan dan pendampingan pada anak sekolah di SMP Islam 1 Kota Ternate. Solusi permasalahan yang ditawarkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah edukasi, pelatihan dan pendampingan tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) melalui peran kelompok kerja dalam hal ini adalah siswa yang dipilih dan tergabung dalam UKS. Metode yang digunakan adalah dengan edukasi, pelatihan dan pendampingan menggunakan modul PHBS yang sudah di Haki dan poster.

Kata Kunci: Budaya, Karakter, PHBS, Remaja, Sekolah

Abstract

The formation of clean and healthy living character values can be done by individuals, families, surrounding communities, and schools. Character is directed at aspects of knowledge, skills, and behavior. One way that the school can use to shape the character is through the school culture. A school culture that is carried out consistently, sustainably, and supported by rules and examples from all school members will have a positive impact on students and make clean living habits in their daily lives. The purpose of this community service is to build character and culture about the importance of a Clean and Healthy Lifestyle in preventing health crises by empowering School UKS members. The method used is a method of training and mentoring school children at SMP Islam 1 Ternate City. The solution to the problems offered in this community service activity is education, training, and assistance on clean and healthy living behavior (PHBS) through the role of working groups in this case students who are selected and joined in UKS. The method used is education, training, and mentoring using PHBS modules that have been in Haki and posters.

Keywords: Culture, Character, PHBS, School, Teenagers

1. PENDAHULUAN

Salah satu cara yang bisa digunakan pihak sekolah untuk membentuk karakter tersebut adalah dengan budaya sekolah. Budaya sekolah menjadikan ciri khas sekolah tersebut di masyarakat luas. Ada tiga pokok sekolah sebagai sistem yaitu proses belajar mengajar, kepemimpinan, manajemen sekolah, dan budaya sekolah (Agustina, 2015). Budaya sekolah yang positif perlu dibangun oleh sekolah sebagai komitmen terhadap masyarakat. Di Indonesia dikembangkan konsep *green school*, *green curriculum* dengan model pembiasaan (habitiasi) dan keteladanan (D.N.K, 2020). Kondisi ini memerlukan kerjasama semua warga sekolah untuk mewujudkannya, dimana peran kepala sekolah, guru, siswa, karyawan dalam memberikan aturan dan contoh yang baik. Melalui budaya sekolah hidup bersih dan sehat yang dilakukan secara konsisten, berkelanjutan dan didukung aturan serta contoh dari semua warga sekolah akan memberikan dampak positif bagi siswa dan menjadikan kebiasaan hidup bersih di kesehariannya. Upaya ini bisa meminimalisir masalah kesehatan pada anak sekolah antara lain: diare, karies gigi, gizi buruk, penyakit kulit dan kecacingan serta gangguan kesehatan yang

berkaitan dengan sanitasi dasar (air bersih, jamban/WC, dan pembuangan air limbah) (Berliana, 2016).

Sasaran primer dalam hal ini adalah Sekolah yaitu SMP Islam 1 Kota Ternate. Sekolah ini beralamat di Jl. Rambutan, Makassar Bar, Kecamatan Ternate Tengah, Kota Ternate, Maluku Utara dengan SK pendirian 425.1/42/201. Saat ini SMP Islam 1 Kota Ternate memiliki 62 Guru dan 9 tenaga kependidikan (Tendik). Jumlah peserta didik laki-laki sebanyak 427 dan perempuan 40, sehingga total 830 peserta didik. SMP 1 Kota Ternate juga memiliki fasilitas diantaranya ruang kelas sebanyak 22 ruangan, ruang perpustakaan, ruang laboratorium, ruang toilet, ruang konseling, ruang guru, ruang ibadah, ruang OSIS, ruang TU, dan ruang pimpinan. Sedangkan ruang UKS belum disediakan oleh pihak sekolah.

Upaya yang dilakukan untuk menciptakan PHBS di sekolah yaitu melalui kegiatan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS). UKS merupakan upaya untuk membina dan mengembangkan kebiasaan serta perilaku hidup sehat pada peserta didik usia sekolah yang dilakukan secara menyeluruh dan terpadu. PHBS di sekolah perlu diupayakan, terutama untuk meningkatkan kesadaran diri warga sekolah. Kesadaran diri timbul melalui program pendidikan sekolah di UKS (Aminah et al., 2021).

Berdasarkan hasil wawancara dengan kepala sekolah SMP 1 Islam Kota Ternate bahwa program kegiatan UKS di SMP Islam 1 Kota Ternate belum bisa terlaksana dengan baik, karena peran guru UKS yang tidak maksimal dan ruang UKS yang belum tersedia. Guru UKS selaku pelaksana program UKS berperan sebagai pendidik, pengontrol (pengawas) dan memberikan teladan atau contoh yang baik pada anak didiknya. Peran guru UKS sangat penting dalam pendidikan kesehatan terutama menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dalam lingkungan sekolah (A, 2020).

Selain itu, aktivitas siswa dalam cuci tangan pakai sabun belum maksimal, mengkonsumsi makanan cepat saji, dan jajan sembarangan, masih tampak genangan air dan tempat penampungan tidak ada penutup, siswa tidak pernah tau tentang jentik nyamuk, penimbangan BB dan TB dilakukan jika ada kunjungan dari pihak Puskesmas saja. Berdasarkan hal tersebut maka tim pengabdian melaksanakan pengabdian kepada masyarakat dengan membentuk tim kelompok kerja yang diambil dari keterlibatan siswa dalam UKS.

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat ini merupakan hasil riset oleh tim pengabdian (Rusny Muhammad & Kartini M Ali) yang dilaksanakan pada tahun 2019, terkait PHBS di tatanan sekolah. Sehingga solusi yang kami tawarkan adalah pelaksanaan PHBS di Sekolah dengan menggunakan media modul PHBS hasil dari riset. Tujuannya adalah membentuk budaya dan nilai karakter remaja tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam mencegah krisis kesehatan dengan memberdayakan anggota UKS Sekolah dan peserta didik, melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan

2. METODE

Sasaran dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah siswa SMP Islam 1 Kota Ternate sebagai kelompok kerja sebanyak 15 orang.

Model pengabdian yang akan dilakukan dalam kegiatan ini adalah ceramah, diskusi dan pelatihan. Adapun rangkaian dari metode tersebut diterapkan sebagai berikut: memberikan pengetahuan dasar tentang PHBS dan indikatornya. Selanjutnya memberikan informasi dan simulasi singkat tentang indikator PHBS. Kegiatan berikutnya pelatihan singkat dalam bentuk ceramah, diskusi dan simulasi.

Tempat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan di SMP Islam 1 Kota Ternate. Jadwal pelaksanaan kegiatan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Rincian Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat Tahun 2023

No	Uraian Kegiatan	Bulan Ke											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Tahapan yang dilaksanakan Tahun Sebelumnya (T-1)													
1	Pengumuman pelaksanaan PkM	■											
2	Pengajuan usulan proposal PkM ke pusat PPM		■	■	■	■							
3	Proses seleksi proposal					■	■	■					
4	Visitasi								■				
5	Penetapan proposal seleksi									■			
6	Pengumuman proposal lolos seleksi										■		
Tahapan yang dilaksanakan Tahun Berjalan (T)													
7	Penandatanganan kontrak					■	■						
8	Pelaksanaan PkM									■	■	■	■
8a.	Kontrak waktu dan <i>Pre test</i>									■	■	■	■
8b.	Pemberian materi										■	■	■
8c.	Pelaksanaan PHBS di Sekolah											■	■
8d.	Evaluasi (<i>post-test</i>) : pengetahuan dan perilaku ber-PHBS												■
9	Monev												■
10	Seminar hasil												■
11	Penyusunan laporan												■
Tahapan yang dilaksanakan Tahun Berikutnya (T+1)													
12	Luaran PkM												■

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) merupakan salah satu Tri Darma Perguruan Tinggi yang harus dilaksanakan oleh dosen di Perguruan Tinggi. PkM dilakukan berdasarkan hasil penelitian sendiri atau penelitian orang lain yang dapat bermanfaat bagi masyarakat. Pengabdian kepada masyarakat (PkM) dilaksanakan pada Agustus – Oktober 2023. Pelaksanaan kegiatan PkM terdiri dari persiapan alat dan bahan, memberikan pengetahuan dasar tentang PHBS, demonstrasi dan pendampingan berupa monitoring dan evaluasi di lapangan.

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan serta membentuk budaya dan nilai karakter remaja tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam mencegah krisis kesehatan dengan memberdayakan anggota UKS Sekolah dan peserta didik, melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di SMP Islam 1 Kota Ternate, yang sebelumnya sudah mendapat persetujuan Kepala Sekolah. Sasaran pelatihan ini adalah Siswa yang berjumlah 15 orang yang akan dijadikan tim kerja. Pendampingan ini dilaksanakan untuk meningkatkan wawasan serta keterampilan peserta mengenai PHBS. Selain itu, sebagai media untuk mempromosikan dan mengaplikasikan program gerakan hidup sehat oleh Kementerian Kesehatan.

Pelaksanaan kegiatan PkM di SMP Islam 1 Kota Ternate berjalan dengan lancar, mulai dari partisipasi dan keaktifan peserta dalam mengikuti kegiatan PkM yang berkumpul di ruang aula.

a. Pembentukan Tim PHBS (kelompok kerja)

Tim kelompok kerja merupakan tim yang dibentuk sebagai role model PHBS di sekolah. Tim ini dibentuk oleh Wakasek bidang Kesiswaan atas arahan Kepala Sekolah SMP Islam 1 Kota Ternate. Tim kerja ini sejumlah 15 siswa yang mewakili kelas masing-masing, dan dipersiapkan sebagai kader UKS. Tim kelompok kerja terdiri dari 6 laki-laki dan 9 perempuan.

b. Pelatihan Kelompok Kerja

Pelatihan bagi kelompok kerja dimulai dengan pengenalan dan penguatan pemahaman tentang perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di tatanan Sekolah.

Penyampaian materi oleh tim pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk ceramah, dikusi dan demonstrasi/*role play* PHBS. Pokok materi disampaikan kepada peserta menggunakan Modul PHBS ditatanan Sekolah terdiri dari : definisi PHBS, CTPS, Makanan sehat, olahraga yang teratur, menimbang BB dan TB, jamban bersih dan sehat serta memberantas jentik nyamuk.

Beberapa indikator tersebut harus dilaksanakan agar siswa mempunyai perilaku yang mencerminkan hidup sehat. Selain indikator yang harus dilaksanakan, setiap siswa juga harus selalu menerapkan pola hidup sehat, beberapa pola hidup sehat siswa dalam memelihara kesehatan pribadi, mengkonsumsi makanan dan minuman sehat, memelihara kebersihan dan kesehatan lingkungan, berolahraga agar tetap bugar dan sehat, berekreasi untuk menjaga keseimbangan serta pemeriksaan kesehatan secara berkala. (Yetty Septiani Mustar*, Indra Himawan Susanto, 2018)

Media yang digunakan dalam penyuluhan dengan menggunakan modul yang memuat berbagai ilustrasi gambar yang menarik dan dibagikan kepada peserta untuk memberikan stimulan peningkatan pengetahuan tentang PHBS.

Adapula metode ceramah yang digunakan dalam beberapa kesempatan untuk menyampaikan penjelasan terkait dengan PHBS dan kaitannya dengan program UKS. Kemudian dilakukan forum diskusi dan tanya jawab untuk membuka peserta menyampaikan segala hal yang berkaitan dengan materi yang disampaikan.

Beberapa diantaranya menghasilkan sejumlah pertanyaan dari peserta tentang minimnya informasi yang diperoleh. Selain itu fasilitas layanan serta sarana dan prasarana kesehatan dimiliki di wilayahnya yang belum optimal, seperti ruang UKS.

Hal ini sejalan dengan pendapat Notoadmodjo, yang menyatakan kunci pendidikan kesehatan di sekolah merupakan tanggung jawab guru, dimana sekolah merupakan perpanjangan tangan pendidikan kesehatan. (Notoadmodjo, 2007)

Peragaan langsung/demonstrasi dengan melibatkan peserta melakukan cuci tangan 7 langkah dan CTPS, menimbang BB dan TB. Demonstrasi dilakukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat sebagai nara sumber kepada peserta dengan harapan dapat menjadi role model bagi teman-teman siswa kelas pada khususnya, dan di lingkungan sekolah pada umumnya.



Gambar 1. Pelatihan PHBS pada Kader PHBS

Pada tahap pelatihan ini peserta diminta untuk menjawab pertanyaan pada kuesioner sebagai bentuk *pretest* untuk melihat pengetahuan awal dan *post-test* perubahan peningkatan pengetahuan.

c. Peningkatan Pengetahuan

Peningkatan pemahaman peserta dilakukan *pretest* pada siswa yang merupakan peserta Tim kelompok kerja, dan diakhir pendampingan dilakukan *post-test*. Hasil *pretest* dan *post-test* digambarkan pada tabel dibawah ini :

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *post-test* Pengetahuan peserta

Kriteria	Frekuensi			
	Pretest		Post-test	
	n	%	n	%
Baik	4	26,7	8	53,3
Cukup	8	53,3	7	46,7
Kurang	3	20	0	30
Total	15	100	15	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 diatas menggambarkan bahwa pengetahuan peserta sebelum (*pretest*) dan sesudah (*post-test*) terkait perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) tingkat sekolah, yaitu *pretest* dengan kriteria baik 26,7% setelah pendampingan menjadi 53,3%, dan kriteria cukup pada *pretest* 53,3% menjadi 46,7%. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan peserta pengabdian kepada masyarakat meningkat setelah diberikan penyuluhan dan pendampingan PHBS.

Kuesioner yang ditanyakan seputar PHBS, sebagian besar peserta mendapatkan informasi PHBS dari Petugas Kesehatan. Semua peserta tidak pernah terlibat dalam kegiatan PSN (pemberantasan sarang nyamuk). Sehingga pentingnya pembentukan Jumantik cerdas anak sekolah untuk meningkatkan peran serta anak sekolah dalam pelaksanaan PSN. Dan tidak pernah melakukan penimbangan BB dan TB di Sekolah, sehingga diperlukan adanya ruang UKS.

Pendidikan Kesehatan merupakan salah satu trias UKS. Pendidikan kesehatan merupakan upaya menanamkan kebiasaan hidup sehat dan mendorong anak sekolah untuk turut serta dalam usaha-usaha kesehatan dan bertanggung jawab atas kesehatannya sendiri beserta lingkungannya. Penerapannya diberikan melalui peningkatan pengetahuan penanaman nilai dan sikap positif terhadap prinsip hidup sehat dan peningkatan keterampilan dalam melaksanakan hal yang berkaitan dengan pemeliharaan pertolongan dan perawatan kesehatan(Solikin, 2022)

d. Pemasang Atribut PHBS

Salah satu solusi tim pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan atau membentuk budaya dan nilai karakter tentang pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam mencegah krisis kesehatan dengan memberikan serta memasang attribute yang mendukung pelaksanaan PHBS di lingkungan sekolah diantaranya Poster PHBS, Timbangan, *Microtoice*, *handsanitizer*, Sabun cuci tangan dan tempat sampah. Dengan harapannya sebagai persiapan sarana prasana di ruang UKS.



Gambar 2. Penyerahan dan Pemasangan Atribut PHBS di SMP Islam Kota Ternate

Attribute PHBS langsung diserahkan kepada Kepala Sekolah yang didampingi oleh Wakasek bidang kesiswaan. Pemberian dilaksanakan pada hari kedua pelatihan Tim Kerja yaitu 24 Agustus 2023 di ruang aula SMP Islam1 Kota Ternate.

Upaya sekolah dalam menciptakan lingkungan sekolah yang sehat dapat dikatakan sudah berjalan dengan cukup baik apabila telah melakukan pembinaan dengan lingkungan

sekolah yang tentu akan berpengaruh terhadap perilaku hidup bersih dan sehat pada anak sekolah dasar (Lilia Indah Kusuma, Zaenal Sugiyanto, 2014)

e. Tahap Evaluasi

Kegiatan evaluasi terdiri dari :

- 1) Kegiatan evaluasi dilakukan pada bagian akhir rangkaian kegiatan dengan menggali informasi dari peserta tentang PHBS dengan melakukan *post-test*. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan pemahaman siswa setelah dilakukan pelatihan tim kelompok kerja.
- 2) Kegiatan evaluasi berupa pemilihan kader ber-PHBS. Penilaian ini dilakukan oleh guru.
- 3) Tim kelompok kerja ditetapkan dalam Surat Keputusan Kepala Sekolah atau komitmen bersama kepala sekolah dalam keberlanjutan pelaksanaan PHBS.
- 4) Penyediaan ruang UKS dan pemasangan poster PHBS di ruangan. Hal ini sejalan dengan teori bahwa faktor yang mempengaruhi keberhasilan program UKS yaitu dengan adanya sarana pendidikan kesehatan seperti ruang UKS, alat-alat peraga dan, bahan P3K. (Simbolon & Simorangkir, 2018)

4. KESIMPULAN

Simpulan kegiatan pengabdian kepada masyarakat diantaranya Kegiatan pengabdian kepada masyarakat bidang Keperawatan dengan mitra SMP Islam 1 Kota Ternate, dengan metode pendampingan kesehatan kepada siswa memberikan wawasan pengetahuan pentingnya peningkatan pengetahuan kesehatan pada siswa. Terdapat peningkatan pengetahuan peserta dengan kategori baik 26,7% *pretest* dan setelah pelatihan (*post-test*) menjadi 53,3%. Kegiatan ini menghasilkan pembentukan kader PHBS sekaligus UKS dan komitmen bersama Kepala Sekolah SMP Islam 1 Kota Ternate terkait konsistensi pelaksanaan PHBS di tatanan sekolah.

Rekomendasi terdiri dari diharapkan bagi pihak Sekolah SMP Islam 1 Kota Ternate untuk segera mengadakan ruang UKS sebagai tempat pelaksanaan program kesehatan sekolah, penunjukan Guru UKS dan Tim UKS yang disahkan dalam Surat Keputusan Kepala Sekolah, dan melakukan kaderisasi Tim PHBS/UKS setiap musim kenaikan kelas atau siswa baru.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada mahasiswa yang ikut terlibat pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat, Kepala Sekolah SMP Islam Kota Ternate, Wakasek Bidang Kesiswaan, Guru, dan Siswa atas partisipasi aktif sebagai peserta penyelenggaraan pendampingan kegiatan melalui program kemitraan masyarakat (PKM), serta Direktur Poltekkes Kemenkes Ternate atas dukungan dan respon positifnya terhadap pelaksanaan kegiatan ini.

DAFTAR PUSTAKA

- A, T. (2020). *PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA ANAK USIA DINI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN COVID 19*. JEA (JURNAL EDUKASI AUD) PENDIDIKAN, 6(1), 73.
- Agustina, N. (2015). Penerapan Strategi Dalam Implementasi Pendidikan Karakter. *SEMINAR NASIONAL "Pembangunan Karakter Melalui Pendidikan Dan Pembelajaran" 2015*, 99–113.
- Aminah, S., Huliatusna, Y., & Magdalena, I. (2021). Usaha Kesehatan Sekolah (Uks) Untuk Meningkatkan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal JKFT*, 6(1), 18. <https://doi.org/10.31000/jkft.v6i1.5214>
- Berliana, N. (2016). Hubungan Peran Orangtua, Pengaruh Teman Sebaya Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat. *Jurnal Endurance*, 1(2), 75–80. <https://doi.org/10.22216/jen.v1i2.984>
- D.N.K, W. (2020). ANALISIS IMPLEMENTASI PROGRAM ADIWIYATA DALAM MEMBANGUN KARAKTER PEDULI LINGKUNGAN (STUDI KASUS DI MIN 1 PONOROGO). In *Southeast Asian Journal of Islamic Education Management*, 1(1), 60–73. (Vol. 1, Issue 1). Universitas

Muhammadiyah Surakarta.

- Lilia Indah Kusuma, Zaenal Sugiyanto, R. A. S. (2014). Hubungan antara Trias UKS dengan Pelaksanaan PHBS pada Murid di Sekolah Dasar Negeri Plalangan 01 dan Plalangan 04 Gunungpati Semarang. *Visikes*, 13(1), 50–58. <https://doi.org/10.1016/j.still.2014.04.006>
- Notoadmodjo. (2007). Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. In *Jakarta Rineka Cipta*.
- Simbolon, P., & Simorangkir, L. (2018). Penerapan UKS dengan PHBS di Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 17(1), 16. <https://doi.org/10.14710/jkli.17.1.16-25>
- Solikin. (2022). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar di SD Negeri Tambaan 1. *Journal Pancar*, 6(2), 238–241. <https://jurnal.unugha.ac.id/index.php/pancar/article/view/473/270>
- Yetty Septiani Mustar*, Indra Himawan Susanto, A. P. B. (2018). Pendidikan Kesehatan: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar. *JISIP*, 6(1), 1–7. <http://dx.doi.org/10.1016/j.gde.2016.09.008%0A>

Halaman Ini Dikосongkan