

GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT TATANAN SEKOLAH DI INDONESIA : *LITERATURE REVIEW*

Nur Aini^{1*}

Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga Surabaya¹

*Corresponding Author : aini.nur9901@gmail.com

ABSTRAK

Anak sekolah sebagai salah satu contoh sasaran yang sangat efektif untuk merubah kebiasaan dan tingkah laku hidup sehat sejak usia dini. Menurut Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, proporsi anak sekolah di Indonesia berperilaku cuci tangan dengan benar yaitu sebesar 48,2%. Metode yang digunakan peneliti dalam menyusun artikel ini yaitu dengan tinjauan sistematik berpedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses*). Metode ini memiliki lima Langkah terstruktur yaitu: Mengidentifikasi topik literatur, mencari sumber, memilih sumber yang relevan, mengelompokkan dan menganalisis, serta merangkum. Pada tahap awal dilakukan pencarian literatur dengan menggunakan database "Google Scholar" dan Science Direct dilakukan *screening*. Prosedur penyaringan terdiri dari judul, abstrak, tahun penelitian, dan metode yang digunakan. Kriteria inklusi studi yaitu berupa studi yang dipublikasi dalam 6 tahun terakhir (2019–2024).. Terdapat 8 indikator PHBS tatanan sekolah, diantaranya: Mencuci tangan dengan air bersih dan menggunakan sabun termasuk dalam kategori cukup, mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah masih terdapat tiga kategori, yakni kurang, cukup, dan baik. Selanjutnya, menggunakan toilet yang bersih dan sehat sudah termasuk kategori cukup. Berolahraga dengan teratur, sudah termasuk dalam kategori cukup. Pengendalian jentik di sekolah termasuk ke dalam kategori kurang. Tidak merokok di lingkungan sekolah masih terdapat beberapa sekolah yang kurang dalam menerapkan pilar ini, namun ada juga beberapa sekolah yang sudah menerapkan pilar ini dengan baik. Mengukur berat badan dan tinggi badan secara rutin masih berada di kategori cukup. Selanjutnya, indikator membuang sampah pada tempatnya termasuk ke dalam kategori cukup dan kurang.

Kata kunci : kesehatan, perilaku hidup bersih dan sehat, sekolah, siswa

ABSTRACT

School children are an example of a very effective target for changing healthy living habits and behavior from an early age. According to the 2023 Indonesian Health Survey (SKI) data, the proportion of school children in Indonesia who wash their hands correctly is 48.2%. The method used by researchers in compiling this article is a systematic review guided by PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses*). This method has five structured steps, namely: Identifying literature topics, searching for sources, selecting relevant sources, grouping and analyzing, and summarizing. In the initial stage, a literature search was carried out using the database "Google Scholar" And Science Direct done *screening*. The screening procedure consists of title, abstract, year of research, and methods used. Study inclusion criteria are studies published in the last 6 years (2019–2024). There are 8 indicators of PHBS in school settings, including: Washing hands with clean water and using soap is included in the sufficient category, consuming healthy food in the school canteen still has three categories, namely poor, sufficient and good. Furthermore, using a clean and healthy toilet is in the sufficient category. Exercising regularly is included in the sufficient category. Larval control in schools is included in the poor category. Not smoking in the school environment. There are still some schools that are lacking in implementing this pillar, but there are also several schools that have implemented this pillar well. Regularly measuring body weight and height is still in the sufficient category. Furthermore, indicators for disposing of waste in the right place fall into the sufficient and insufficient categories.

Keywords : health, clean and healthy living behavior, school, student

PENDAHULUAN

Sekolah sebagai tempat berlangsungnya proses pembelajaran, tempat peserta didik mempelajari teknologi, seni budaya, pengetahuan nilai dan norma-norma dalam kehidupan sehari-hari. Sekolah tidak hanya sekedar tempat proses pembelajaran, namun juga tempat penanaman perilaku, termasuk perilaku hidup bersih dan sehat, pada anak usia sekolah (Khairunnisa et al., 2022). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) masih kurang baik karena masih banyaknya permasalahan kesehatan terutama pada anak sekolah. Masalah kesehatan umum pada anak usia sekolah biasanya terkait dengan kebersihan individu maupun kelompok. Kesehatan pada anak usia sekolah dapat memengaruhi prestasi akademik sehingga anak akan berprestasi dan dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial baik di sekolah maupun di luar sekolah (Apriyani, 2024). Tingkat kesehatan sendiri tidak hanya ditentukan oleh pelayanan kesehatan saja, namun juga didominasi oleh kondisi lingkungan dan perilaku kesehatan (Sanjaya et al., 2019).

Upaya perubahan perilaku seseorang untuk mendukung peningkatan kesehatan dilaksanakan melalui Program Pembinaan Perilaku Hidup Bersih Sehat (PHBS). Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) adalah perilaku kesehatan yang dilakukan seseorang secara sadar untuk membantu dirinya sendiri dan memungkinkan mereka berpartisipasi aktif dalam kegiatan yang berhubungan dengan kesehatan (Bukit et al., 2022). PHBS dapat diterapkan dimana saja, termasuk di sekolah. PHBS di lingkungan sekolah merupakan perilaku yang dilakukan oleh siswa, guru, dan komunitas sekolah untuk berperan aktif dalam mencegah penyakit, meningkatkan mutu kesehatan, dan menciptakan lingkungan yang sehat (Sari & Mulyadi, 2021). Penerapan PHBS di sekolah memberikan dampak positif bagi siswa karena terciptanya lingkungan yang bersih dan sehat serta proses belajar mengajar siswa dan guru di lingkungan sekolah berjalan lancar (Iftitah Alam, 2023)

Menurut Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, proporsi anak sekolah di Indonesia berperilaku cuci tangan dengan benar yaitu sebesar 48,2%. Proporsi anak sekolah di Indonesia yang berperilaku buang air besar di jamban yaitu sebesar 96,35%. Proporsi mengonsumsi buah dan sayur pada anak sekolah di Indonesia yaitu sebesar 68,3%. Proporsi melakukan olahraga atau aktivitas fisik pada anak sekolah di Indonesia yaitu sebesar 46,1%. Proporsi menimbang berat badan pada anak sekolah di Indonesia yaitu sebesar 42,6%. Proporsi mengukur tinggi badan pada anak sekolah di Indonesia yaitu sebesar 30,7% (Kemenkes RI, 2023). Anak sekolah sebagai salah satu contoh sasaran yang sangat efektif untuk merubah kebiasaan dan tingkah laku hidup sehat sejak usia dini (Nurfatihah et al., 2023). Oleh karena itu, PHBS di sekolah sangat penting dan perlu diterapkan demi kesehatan jangka panjang pada anak sekolah usia baik dasar, menengah, maupun atas.

PHBS di sekolah merupakan salah satu inisiatif pemerintah untuk menggerakkan dan memberdayakan masyarakat untuk menjalani hidup sehat di lingkungan pendidikan. PHBS juga menjadi landasan perilaku sehat yang dapat dicapai oleh pelajar (Hilman et al., 2022). Indikator penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah meliputi mencuci tangan di bawah air bersih mengalir dan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah, menggunakan toilet yang bersih dan sehat, berolahraga teratur dan sedang, menghilangkan dan membasmi jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, rutin mengukur berat badan dan tinggi badan, dan membuang sampah pada tempat sampah (Harahap et al., 2023). Masa sekolah merupakan saat yang tepat untuk mengembangkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Anak sekolah tidak hanya menjadi generasi yang memiliki pengetahuan mengenai isu kesehatan, namun juga dapat menjadi agen perubahan di sekolah, keluarga, dan lingkungan sosialnya (Rianto, 2023).

Penelitian oleh (Messakh et al., 2019) yang berjudul “Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak” menunjukkan bahwa masih

banyak ditemukan masalah kesehatan terkait perilaku hidup bersih dan sehat yang dialami oleh anak usia sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 66,58% perilaku mencuci tangan dalam kategori cukup pada anak usia sekolah dasar, perilaku mengonsumsi jajanan sehat pada anak sekolah sebesar 35,35% (kategori kurang), menggunakan jamban sehat dan bersih sebesar 63,73% (kategori cukup), melakukan olahraga dengan teratur sebesar 58,03% (kategori cukup), memberantas jentik nyamuk yaitu sebesar 49,22% (kategori kurang), tidak merokok dalam sekolah sebesar 39,89% (kategori kurang), dan membuang sampah pada tempatnya sebesar 47,92% (kategori kurang) (Messakh et al., 2019). Berdasarkan data penelitian tersebut, peneliti ingin menganalisis terkait “Gambaran Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Tataan Sekolah di Indonesia”.

Tujuan penelitian yaitu menganalisis gambaran pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada tatanan sekolah di Indonesia.

METODE

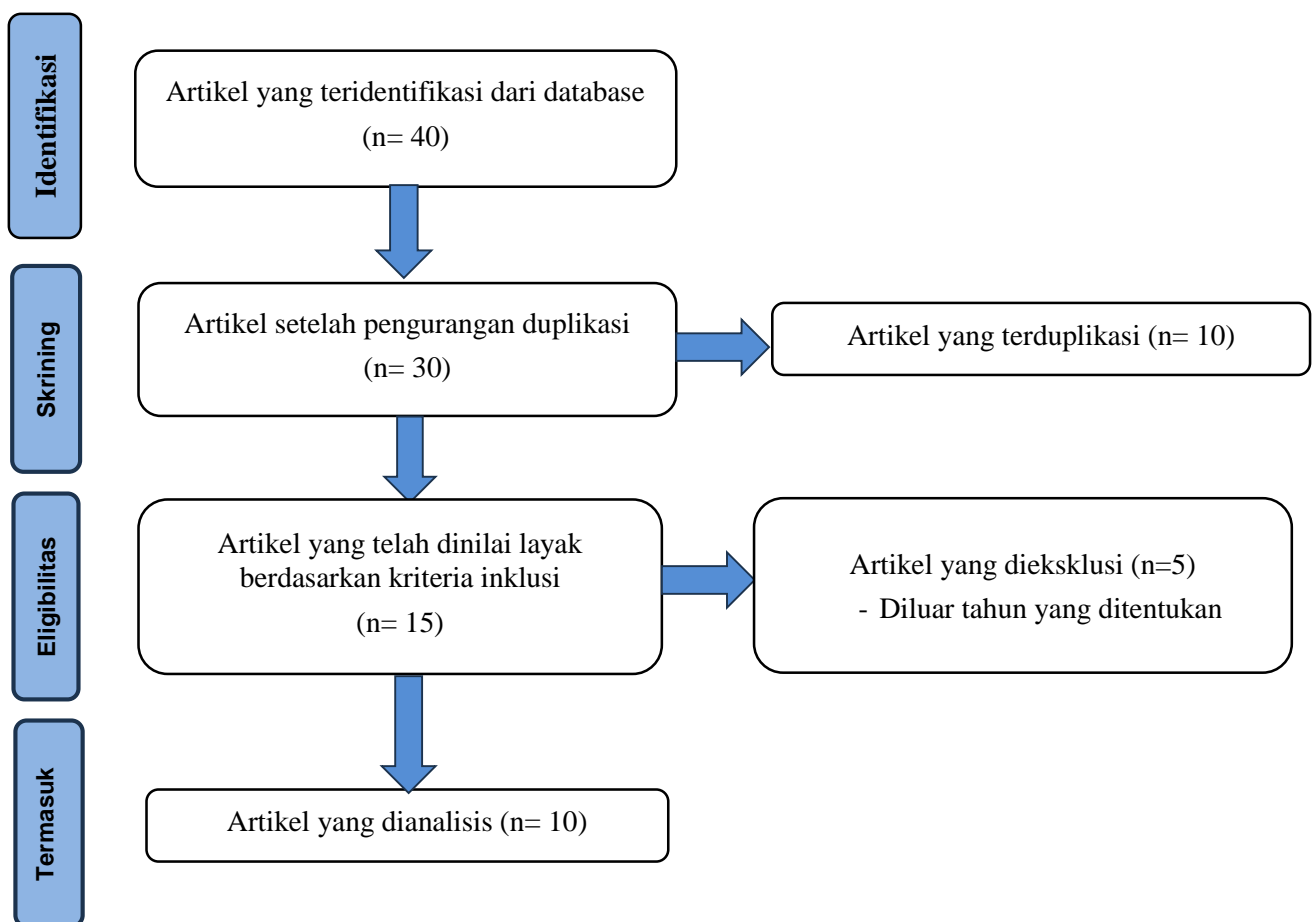


Diagram 1. Diagram PRISMA

Metode yang digunakan peneliti dalam menyusun artikel ini yaitu dengan tinjauan sistematis berpedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses*). Metode ini memiliki lima Langkah terstruktur yaitu: Mengidentifikasi topik literatur, Mencari sumber, Memilih sumber yang relevan, Mengelompokkan dan Menganalisis, serta Merangkum. Pada tahap awal dilakukan pencarian literatur dengan menggunakan database “*Google Scholar*” dan *Science Direct* dilakukan *screening*. Prosedur penyaringan terdiri dari judul, abstrak, tahun penelitian, dan metode yang digunakan. Kriteria inklusi studi

yaitu berupa studi yang dipublikasi dalam 6 tahun terakhir (2019–2024). Kriteria eksklusi yaitu berupa artikel yang dipublikasikan sebelum tahun 2019. Pencarian artikel dilakukan menggunakan database, diikuti dengan pencarian internet manual menggunakan database *Google Scholar*. Kata kunci yang digunakan dalam mencari referensi adalah “Perilaku hidup bersih dan sehat”, “Sekolah”, dan “Kesehatan” “Siswa”. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis gambaran pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada tatanan sekolah di Indonesia.

HASIL

Berikut merupakan tabel hasil *literature review* artikel:

Tabel 1. Hasil Literature Review Artikel “Gambaran PHBS Tatanan Sekolah di Indonesia”

No	Nama Penulis (Tahun)	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Vina Y. S. Sigalingging, Amnita A.Y.Br.Ginting, Rita Florensia Pasaribu (2024)	Gambaran Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Lingkungan Sekolah Dasar Negeri 104219 Tanjung Anom Tahun 2023	Penelitian deskriptif.	Berdasarkan hasil penelitian penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar SDN 104219 Tanjung Anom bahwa gambaran perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) paling tinggi kategori baik yaitu sebanyak 55 orang (55,6%), cukup 43 orang (43,4%) dan paling rendah pada kategori kurang yaitu sebanyak 1 orang (1%).
2.	Sudirman Efendi, Safira Senggo, Palayukan, Imran Pashar, Nurhikma Ahzani Putri (2023)	Analisis Gambaran Perilaku Hidup Bersih Sehat dan Kejadian Diare Pada Anak Usia Sekolah Dasar di Kabupaten Jeneponto	Penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif analitik.	Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan responden terhadap PHBS sebagian besar dalam kategori baik yaitu 71,2%, sikap terhadap PHBS juga sebagian besar dalam kategori baik yaitu 93,2%, dan kejadian diare dalam 2 minggu terakhir hanya 28,8%.
3.	Cholifa Arika Wardani, Handy Lala, Siti Asiyah (2023)	Gambaran PHBS Siswi Kelas XI di SMA Al-Fattah Kecamatan Singosari Kabupaten Malang	Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus.	Hasil penelitian faktor predisposisi (pengetahuan dan sikap) PHBS disekolah didapatkan sebagian besar informan sudah mengetahui konsep pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat disekolah, sikap sebagian besar informan belum menerapkan PHBS disekolah, adanya faktor penguat (kebijakan), namun belum terimplementasikan dengan maksimal, dan adanya faktor pemungkin (sarana prasarana) penunjang perilaku hidup bersih dan sehat disekolah namun pengelolaannya masih belum maksimal.
4..	Alzatira Chantika Rumagit, Andi Akifa Sudirman, Dewi Modjo (2023)	Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan secara deskriptif.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto rata-rata cukup, dimana Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada indikator mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun berada pada kategori cukup (46,7%), mengkonsumsi makanan sehat dan

					bergizi berada pada kategori cukup (55,0%), penggunaan jamban sehat berada pada kategori baik (63,3%), melakukan aktivitas fisik setiap hari berada pada kategori cukup (45,0%), membrantas jentik nyamuk berada pada kategori kurang (50,0%), tidak merokok di sekolah berada pada kategori baik (100%), menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan berada pada kategori kurang (46,7%).
5.	Anggih Tri Cahyadi (2022)	Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Anak Sekolah Dasar Di Sdn 13 Kolo Kota Bima	Penelitian deskriptif.		Hasil penelitian menunjukkan bahwa kategori paling tinggi akan kesadaran PHBS yaitu olahraga yang teratur dan tidak merokok di sekolah mendapatkan kategori baik (100%), hal ini menunjukkan bahwa anak-anak memiliki kesadaran akan pentingnya melakukan olahraga yang teratur juga tidak merokok. Memberantas jentik nyamuk mendapatkan presentase paling sedikit yaitu kategori baik hanya sebanyak (30.8%) dan sisanya berada pada kategori cukup. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki kesadaran akan pentingnya Perilaku Hidup Bersih dan Sehat.
6.	Riswidianti, Candra Eka Puspitasari, Nadya Arianita Turisia, Neneng Rachmalia Izzatul Mukhlisah (2022)	Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Siswa Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah SMA Islam Syarif Immamuzzahidin di Kabupaten Lombok Tengah	Penyuluhan PHBS kepada siswa SMA Islam Syarif Imamuzzahidin dilakukan dengan menggunakan alat ukur kuesioner yang telah tervalidasi yang diberikan sebelum penyampaian materi dan setelah penyampaian materi.		Setelah penyuluhan PHBS dilakukan, pengetahuan siswa tentang PHBS mengalami peningkatan (79,03%) dibandingkan pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan (77,11%). Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan penyuluhan ini dapat menambah pengetahuan siswa tentang PHBS.
7.	Surya Syarifuddin, Muh. Khaedar (2022)	Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif.		Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang baik meliputi perilaku mencuci tangan pakai sabun di air mengalir (88,5%), perilaku mengkonsumsi jajanan sehat di sekolah (88,5%), perilaku menggunakan jamban sehat dan bersih (86,9%), perilaku melakukan olahraga yang teratur dan terukur (83,6%), perilaku tidak merokok di sekolah (60,7%), perilaku membuang sampah di tempatnya (73,8%) dan perilaku melakukan penimbangan badan dan pengukuran berat badan (72,1%). Adapun untuk perilaku pemberantasan jentik nyamuk masih ada yang berperilaku buruk (59,0%).

8.	Sri Hendrawati, Udin Rosidin, Santi Astiani (2020)	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa/Siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN)	Penelitian deskriptif kuantitatif.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setengah dari responden yaitu sebanyak 160 (50,5%) siswa/siswi sudah berperilaku baik dalam berperilaku hidup bersih dan sehat, dan hampir setengah responden yaitu sebanyak 157 (49,5%) siswa/siswi masih berperilaku buruk dalam berperilaku hidup bersih dan sehat.
9.	Dian Hestiyantari, Yudi Chadirin, Heriansyah Putra, Bella Yuliani, Fauzan Subeantoro, Moch Ridwan Widiyansyah, I Wayan Wirya Aristyana, Mochammad Izzudin Ma'mun, Abdul Malik, Angie Irmajulianna, Layla Alifani Ekrep (2020)	Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN Gerendong 1 dan SDN Gerendong 2, Kecamatan Keroncong, Kabupaten Pandeglang	Penelitian observasi.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 111 siswa atau sebesar 93% telah mampu memilah sampah dengan benar dan sebanyak 113 siswa atau sebesar 94% telah mampu melakukan cuci tangan dengan baik dan benar dari total keseluruhan siswa. Berdasarkan data tersebut seluruh siswa baik SDN 1 Gerendong maupun SDN 2 Gerendong sudah dapat memahami materi yang sudah diberikan dan dapat mempraktikannya dengan benar.
10.	Sanfia Tesabela Messakh, Sisilia Siwi Purnawati, Bagus Panuntun (2019)	Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak	Penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif.	Hasil penelitian menunjukkan perilaku mencuci tangan dalam kategori cukup (66,58%), jajanan sehat dalam kategori kurang (35,35%), jamban yang sehat dan bersih dalam kategori cukup (63,73%), olahraga dengan teratur dalam kategori cukup (58,03%), membrantas jentik nyamuk dalam kategori kurang (49,22%), tidak merokok masuk dalam kategori kurang (39,89%) dan membuang sampah dalam kategori kurang (47,92%).

PEMBAHASAN

Tinjauan artikel ini membahas terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat tatanan Sekolah serta berfokus untuk menganalisis dan menggambarkan perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah. Berdasarkan hasil analisis terhadap 10 artikel diatas dapat diketahui gambaran yang berpengaruh terhadap perilaku hidup bersih dan sehat di tatanan sekolah. Ada 8 indikator yang akan dibahas yaitu mencuci tangan di bawah air bersih mengalir dan menggunakan sabun, mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah, menggunakan toilet yang bersih dan sehat, berolahraga teratur dan sedang, menghilangkan dan membasmi jentik nyamuk, tidak merokok di lingkungan sekolah, rutin mengukur berat badan dan tinggi badan, dan membuang sampah pada tempat sampah.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Tatanan Sekolah

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada tatanan sekolah di Indonesia berbeda dan tidak sama satu dengan yang lain. Perbedaan tersebut dikarenakan setiap kondisi sekolah dan juga sumber daya manusia yang berada pada setiap sekolah juga berbeda. PHBS berdampak

langsung terhadap kesehatan individu dan kelompok masyarakat. PHBS perlu dibiasakan melalui pembiasaan secara terus menerus untuk meningkatkan kualitas perilaku seseorang. Salah satu cara untuk mengembangkan kebiasaan tersebut adalah dengan menanamkannya sejak dini dengan memberikan informasi kepada siswa tentang materi PHBS di lingkungan sekolah, dimulai dari lingkungan rumah dan diakhiri di sekolah. Sebab sekolah sendiri merupakan salah satu tujuan utama PHBS (Asrina & Yusriani, 2023).

Penelitian (Vina Y. S., dkk., 2024) tentang Gambaran Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah Dasar Negeri 104219 Tanjung Anom Tahun 2023 sudah menunjukkan bahwa penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar SDN 104219 Tanjung Anom sudah termasuk dalam kategori baik, Sedangkan, pada penelitian (Sri Hendrawati, dkk., 2020) tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa/Siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) menunjukkan bahwa setengah dari responden yaitu sebanyak (50,5%) siswa atau siswi sudah berperilaku baik dalam berperilaku hidup bersih dan sehat, dan hampir setengah responden yaitu sebanyak 49,5% siswa/siswi masih berperilaku buruk dalam berperilaku hidup bersih dan sehat. Perbedaan presentase perilaku hidup bersih dan sehat tatanan sekolah disebabkan oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan, sikap, tingkat pendidikan, fasilitas, dukungan sekolah, dan dukungan keluarga.

Mencuci Tangan dengan Air Bersih Mengalir dan Menggunakan Sabun

Salah satu kegiatan program peningkatan kesehatan PHBS tatanan sekolah adalah cuci tangan dengan air bersih dan menggunakan sabun. Mencuci tangan merupakan tindakan sederhana, namun jika dilakukan dengan baik dalam kehidupan sehari-hari, maka dapat memberikan manfaat kesehatan yang besar (Anggraini et al., 2022). Cuci tangan juga sebagai salah satu cara agar seseorang terhindar dari kuman dan penyakit. Hal ini sejalan dengan penelitian (Dian Hestiyantari, dkk., 2020) tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Siswa di SDN Gerendong 1 dan SDN Gerendong 2, Kecamatan Keroncong, Kabupaten Pandeglang terkait cuci tangan yang menunjukkan bahwa sebanyak 113 siswa atau sebesar 94% telah mampu melakukan cuci tangan dengan baik dan benar dari total keseluruhan siswa dan beberapa penelitian, seperti penelitian oleh (Alzatira Chantika Rumagit, dkk., 2023) yang menunjukkan bahwa Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto rata-rata cukup, dimana Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada indikator mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun berada pada kategori cukup yakni 46,7%, penelitian oleh (Surya Syarifuddin dan Muh. Khaedar, 2022) tentang Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa siswa memiliki perilaku hidup bersih dan sehat yang baik meliputi perilaku mencuci tangan pakai sabun di air mengalir yakni 88,5%, serta penelitian oleh (Sanfia Tesabela Messakh, dkk., 2019) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak menunjukkan perilaku mencuci tangan siswa SDN di Kecamatan Bancak termasuk dalam kategori cukup yakni 66,58%.

Mengonsumsi Makanan Sehat di Kantin Sekolah

Pihak sekolah hendaknya memperhatikan pengelolaan jajanan sehat di kantin sekolah karena ini merupakan bagian dari Indeks Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) tatanan sekolah. Indikator pola hidup bersih dan sehat yang perlu diperhatikan sekolah salah satunya yakni konsumsi jajanan sehat di kantin sekolah. Jajanan sehat di kantin sekolah hendaknya bergizi, sehat dan layak dikonsumsi oleh anak sekolah. Pengelolaan jajanan dan pengembangan kantin sehat perlu mendapat perhatian dari pihak sekolah karena sangat penting dalam mengembangkan pola makan sehat pada anak dan meningkatkan kebiasaan makan sehat pada anak sekolah. Memilih dan mengelola jajanan sehat penting untuk membentuk kualitas sumber daya manusia (SDM) dan meningkatkan kesehatan siswa (Nur'insyani & Prihantini, 2023).

Penelitian oleh (Alzatira Chantika Rumagit, dkk., 2023) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto menunjukkan bahwa sebanyak 55% siswa mengonsumsi makanan sehat dan bergizi berada pada kategori cukup. Penelitian oleh (Sanfia Tesabela Messakh, dkk., 2019) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak menunjukkan bahwa sebanyak 35,35% siswa SDN di Kecamatan Bancak banyak yang belum mengonsumsi jajanan sehat sehingga masuk ke dalam kategori kurang. Sedangkan, pada penelitian oleh (Surya Syarifuddin dan Muh. Khaedar, 2022) tentang Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa sebanyak 88,5% siswa telah mengonsumsi jajanan sehat di sekolah. Perbedaan ini menunjukkan bahwa terdapat beberapa faktor, seperti pengetahuan, kualitas lingkungan kantin sekolah, dan juga faktor ekonomi.

Menggunakan Toilet yang Bersih dan Sehat

Menggunakan toilet yang bersih dan sehat merupakan salah satu cara untuk meningkatkan PHBS tatanan sekolah. Tujuan menggunakan toilet yang bersih dan sehat diantaranya untuk menjaga kondisi lingkungan sekolah agar selalu nyaman, bersih, sehat, dan tidak berbau. Pentingnya menggunakan toilet yang bersih dan sehat agar tidak menjadi sumber udara, tidak menimbulkan sarang kuman, seperti lalat atau serangga yang dapat menjadi penular penyakit pada anak sekolah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Alzatira Chantika Rumagit, dkk., 2023) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto menunjukkan bahwa sebanyak 63,3% siswa telah menggunakan jamban sehat, penelitian oleh (Sanfia Tesabela Messakh, dkk., 2019) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak menunjukkan sebanyak 63,73% siswa telah menggunakan jamban yang sehat dan bersih, dan penelitian oleh (Surya Syarifuddin dan Muh. Khaedar, 2022) tentang Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa sebanyak 86,9% siswa SD telah menggunakan jamban sehat dan bersih. Ketiga penelitian sudah termasuk ke dalam kategori cukup.

Berolahraga dengan Teratur

Pilar keempat PHBS tatanan sekolah yakni partisipasi siswa dan guru dalam olahraga karena aktivitas fisik ini merupakan salah satu bentuk perilaku hidup sehat yang berkaitan dengan menjaga dan meningkatkan kesehatan. Kegiatan ini diadakan di lingkungan sekolah untuk membantu siswa menjaga kesehatan jasmani dan rohani agar tidak mudah sakit. Manusia rentan terhadap penyakit, sehingga rutin melatih kekuatan fisik agar tubuh tetap sehat dan segar perlu ditingkatkan. Selain itu, dapat meningkatkan fungsi jantung dan paru-paru, memperkuat otot sendi, mengurangi lemak, dan melancarkan peredaran darah. Penelitian oleh (Alzatira Chantika Rumagit, dkk., 2023) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto menunjukkan bahwa sebanyak 45% siswa-siswi telah melakukan aktivitas fisik setiap hari, penelitian oleh (Sanfia Tesabela Messakh, dkk., 2019) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak menunjukkan bahwa sebanyak 58,03% siswa telah melakukan olahraga dengan teratur, dan penelitian oleh (Surya Syarifuddin dan Muh. Khaedar, 2022) tentang Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa sebanyak 83,6% siswa telah melakukan olahraga yang teratur dan terukur. Dari ketiga penelitian tersebut, dalam indikator ini sudah termasuk dalam kategori cukup.

Membasmi Jentik Nyamuk

Pengendalian jentik di sekolah sebagai salah satu indikator PHBS di lingkungan sekolah bertujuan untuk mencegah penyakit yang ditularkan nyamuk, seperti demam berdarah, malaria, dan penyakit kaki gajah. Selain itu, manfaat lain dari pengendalian jentik di sekolah adalah

membuat lingkungan sekolah menjadi lebih bersih dan sehat. Pemberantasan sarang nyamuk (PSN) dapat dilakukan dengan cara minimal 3M (mengubur barang bekas, mengosongkan waduk, menutup waduk). Kegiatan pengendalian sarang nyamuk sebaiknya dilakukan minimal dalam waktu seminggu untuk memutus siklus hidup nyamuk. Pada literatur review diatas, masih terdapat perilaku membasmi jentik nyamuk di sekolah yang masih dikatakan dalam kategori kurang, diantaranya: Penelitian oleh (Sanfia Tesabela Messakh, dkk., 2019) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak menunjukkan bahwa sebanyak 49,22% perilaku memberantas jentik nyamuk di sekolah, penelitian oleh (Alzatira Chantika Rumagit, dkk., 2023) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto menunjukkan bahwa sebanyak 50% perilaku membrantas jentik nyamuk di sekolah dan penelitian oleh (Surya Syarifuddin dan Muh. Khaedar, 2022) tentang Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa sebanyak 59% perilaku pemberantasan jentik nyamuk. Dari ketiga contoh penelitian tersebut termasuk ke dalam kategori kurang. Oleh karena itu, perlu ditingkatkan lagi terkait pilar membasmi jentik nyamuk untuk meningkatkan phbs tatanan sekolah agar para siswa dapat terhindar dari penyakit.

Tidak Merokok di Lingkungan Sekolah

Rokok mengandung sekitar 4.000 unsur, setidaknya 200 di antaranya dianggap berbahaya bagi kesehatan. Racun utama yang ditemukan dalam rokok adalah tar, nikotin, dan karbon monoksida. Oleh karena itu, kebiasaan merokok sebaiknya dihindari sejak usia muda, dimulai sejak sekolah dasar. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 Pasal 115 tentang Kesehatan, ada tujuh lokasi yang ditetapkan sebagai Kawasan Tanpa Rokok (KTR) yaitu fasilitas kesehatan, tempat pendidikan dan pembelajaran, tempat bermain anak, tempat ibadah, angkutan umum, tempat kerja, dan tempat umum. Sekolah merupakan bagian dari wilayah KTR dan hendaknya dilaksanakan secara bijaksana. Penambahan sanksi perlu dikenakan untuk memastikan bahwa siswa tidak merokok di sekolah (Aswadi et al., 2017). Dari hasil literatur review diatas, terdapat beberapa penelitian untuk indikator tidak merokok di sekolah yang masih kurang. Namun, terdapat salah satu penelitian oleh (Alzatira Chantika Rumagit, dkk., 2023) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto menunjukkan bahwa sebanyak 100% siswa di SD Muhammadiyah 1 Limboto tidak merokok di sekolah. Hal ini bisa menjadi salah satu teladan bagi sekolah-sekolah lain yang ada di Indonesia sehingga dapat membawa pengaruh yang positif bagi siswa dan citra sekolahnya.

Rutin Mengukur Berat Badan dan Tinggi Badan

Indikator phbs tatanan sekolah yang ketujuh yakni mengukur berat badan dan tinggi badan secara rutin bertujuan agar mengetahui pertumbuhan dan perkembangan badan serta status gizi para siswa di sekolah tersebut. Sekolah mengukur berat badan dan tinggi badan setiap siswa setiap bulan untuk mengetahui status gizi setiap siswa. Jika ditemukan siswa kurang gizi, sekolah dapat bekerja sama dengan fasilitas kesehatan untuk menyediakan makanan tambahan. Apabila seorang siswa ternyata mengalami kelebihan berat badan, maka siswa tersebut dapat mengembalikan status gizinya melalui aktivitas fisik (Fathonah & Minsih, 2021). Penelitian oleh (Alzatira Chantika Rumagit, dkk., 2023) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SD Muhammadiyah 1 Limboto menunjukkan bahwa sebanyak 46,7% siswa melakukan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan sehingga masih termasuk dalam kategori kurang. Sedangkan, pada penelitian oleh (Surya Syarifuddin dan Muh. Khaedar, 2022) tentang Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa sebanyak 72,1% siswa telah melakukan penimbangan badan dan pengukuran berat badan di sekolah dan termasuk dalam kategori cukup. Sekolah-sekolah yang lain sangat dianjurkan menjalankan pilar ketujuh PHBS tatanan sekolah karena pilar ini merupakan salah satu pilar

yang penting agar Indonesia bisa menciptakan generasi-generasi sehat di masa yang akan datang.

Membuang Sampah pada Tempat Sampah

Membuang sampah pada tempat sampah merupakan indikator terakhir pada PHBS tatanan sekolah. Pihak sekolah melalui guru bisa mengintegrasikan materi kegiatan membuang sampah sesuai dengan topik yang ada. Hal ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, antara lain dengan mendongeng dan bermain peran, namun juga dengan mengajak para siswa untuk meninggalkan sampahnya pada tempatnya, akibat dari sembarangan membuang sampah, dan selalu membersihkan sampah yang berserakan mengomunikasikan kewajiban secara langsung. Sekolah juga dituntut untuk memberikan contoh cara membuang sampah pada tempat yang telah ditentukan sesuai dengan jenisnya (Ananda Br.SK et al., 2024). Semua sampah dipisahkan berdasarkan jenisnya, contohnya sampah kering dan sampah basah. Sampah yang dipisahkan juga dapat didaur ulang dan digunakan untuk kerajinan siswa (Rogo & Yani T., 2023). Dalam lembaga pendidikan (kampus, sekolah, pesantren, pesantren, padepokan, dan lain-lain), tujuan utamanya harus bisa mempraktekkan perilaku yang dapat membangun lembaga pendidikan berbasis PHBS (Herawati et al., 2019). Penelitian oleh Sanfia Tesabela Messakh, dkk., (2019) tentang Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri di Kecamatan Bancak menunjukkan bahwa sebanyak 47,92% siswa di sekolah tersebut masih kurang perilaku dan kesadarannya dalam membuang sampah pada tempatnya. Sedangkan, penelitian oleh (Surya Syarifuddin dan Muh. Khaedar, 2022) tentang Gambaran Perilaku hidup Bersih Sehat Siswa Sekolah Dasar menunjukkan bahwa sebanyak 73,8% telah banyak siswa SD yang sudah berperilaku sesuai dengan phbs tatanan sekolah yakni membuang sampah pada tempatnya.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa dari hasil literatur review tentang PHBS tatanan sekolah di Indonesia berbeda dan tidak sama satu dengan yang lain. Perbedaan tersebut dikarenakan setiap kondisi sekolah dan juga sumber daya manusia yang berada pada setiap sekolah juga berbeda. PHBS berdampak langsung terhadap kesehatan individu dan kelompok masyarakat. Terdapat 8 indikator PHBS tatanan sekolah, diantaranya: Mencuci tangan dengan air bersih dan menggunakan sabun sudah termasuk dalam kategori cukup, Mengonsumsi makanan sehat di kantin sekolah masih terdapat tiga kategori, yakni kurang, cukup, dan baik hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor, seperti pengetahuan, kualitas lingkungan kantin sekolah, dan juga faktor ekonomi. Selanjutnya, Menggunakan toilet yang bersih dan sehat, dari hasil literatur review pada indikator ini sudah termasuk ke dalam kategori cukup. Pilar keempat PHBS tatanan sekolah yakni berolahraga dengan teratur, dalam pilar ini sudah termasuk dalam kategori cukup. Pengendalian jentik di sekolah termasuk ke dalam kategori kurang. Tidak Merokok di Lingkungan Sekolah juga masih terdapat beberapa sekolah yang kurang dalam menerapkan pilar ini, namun ada juga beberapa sekolah yang sudah menerapkan pilar ini dengan baik. Indikator phbs tatanan sekolah yang ketujuh yakni mengukur berat badan dan tinggi badan secara rutin masih berada di kategori cukup. Selanjutnya, indikator membuang sampah pada tempatnya termasuk ke dalam kategori cukup dan kurang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya diberikan kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berkontribusi pada penulisan artikel ini. Terima kasih kepada kedua orang tua saya yang telah mensupport saya dari awal hingga akhir,teman saya, dosen

pembimbing saya dan pihak-pihak lain yang terkait. Penulis sadar artikel ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu mohon maaf apabila masih terdapat kekurangan. Sekian dan Terima kasih.

DAFTAR PUSTAKA

- Ananda Br.SK, D., Harista Nasution, K., Afrah Goslan Siregar, M., Asiyah Siregar, N., Hasibuan, N., Shabrina Batu Bara, R., & Daulay, S. (2024). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah SMP Muhammadiyah 61 Tanjung Slamet. *Jurnal Pengabdian Dan Kemitraan Masyarakat(ALKHIDMAH)*, 2(1), 26–41. <https://doi.org/10.59246/alkhidmah.v2i1.661>
- Anggraini, N. V., Anggraeni, D. T., & Rosaline, M. D. (2022). Peningkatan Kesadaran PHBS Cuci Tangan dengan Benar pada Anak Usia Sekolah. *JURNAL KREATIVITAS PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (PKM)*, 5(4), 1172–1179. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i4.5399>
- Apriyani, T. (2024). Literatur Review: Gambaran Pengetahuan, Sikap Terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar. *JK: Jurnal Kesehatan*, 2(3), 194–206. <https://jurnalkesehatan.joln.org/index.php/health/article/view/116/127>
- Asrina, A., & Yusriani. (2023). Peningkatan Pengetahuan mengenai PHBS sebagai Program Promosi Kesehatan pada Tatanan Sekolah di SMPN 4 Sungguminasa Kabupaten Gowa. *ABDIKAN: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains Dan Teknologi*, 2(3), 440–454. <https://doi.org/10.55123/abdikan.v2i3.2425>
- Aswadi, Syahrir, S., Delastara, V., & Surahmawati. (2017). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa-Siswi SDK Rita Pada Kecamatan Kota Komba Kabupaten Manggarai Timur Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Al-Sihah: Public Health Science Journal*, 9(2), 187–196. <https://doi.org/https://doi.org/10.24252/as.v9i2.3775>
- Bukit, S., Lamriana Hutagalung, S., & Sarbaini, W. (2022). Analisis Pemberdayaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Journal of Community Development (JCD)*, 1(1). <https://journal.nabest.id/index.php/jcd/article/download/11/9>
- Fathonah, W. P., & Minsih. (2021). Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Dalam Mewujudkan Sekolah Ramah Anak di Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Dasar Flobamorata*, 2(2), 208–213. <https://doi.org/https://doi.org/10.51494/jpdf.v2i2.427>
- Harahap, Y. W., Ahmad, H., Aritonang, S., & Antoni, A. (2023). Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sekolah di SD Negeri Ujung Gurap Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan*, 1(1), 18–23. <https://doi.org/https://doi.org/10.58723/abdigermas.v1i1.7>
- Herawati, C., Kristanti, I., Selviana, M., & Novita, T. (2019). Peran Promosi Kesehatan Terhadap Perbaikan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Membuang Sampah Pada Siswa Sekolah Menengah Atas. *DIMASEJATI: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 40–50. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24235/dimasejati.v1i1.5397>
- Hilman, A. F., Karjatin, A., & Lestari, F. S. (2022). Peningkatan Pengetahuan Anak Sekolah Dasar Tentang PHBS Melalui Media Ular Tangga Yang Dimodifikasi. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, 14(1). <https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v14i1.2058>
- Iftitah Alam, R. (2023). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) dalam Lingkungan Sekolah. *Window of Community Dedication Journal*, 04(02), 75–81. <https://doi.org/https://doi.org/10.33096/wocd.v4i2.1820>
- Kemenkes RI, B. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023*. <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/ski-2023-dalam-angka/>

- Khairunnisa, A., Maryanah, A., Nabila, S. P., & Luli, K. M. (2022). Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa-Siswi MI Muhammadiyah 01 Depok. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Saga Komunitas*, 2(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.53801/jpmsk.v2i1.91>
- Messakh, S. T., Purnawati, S. S., & Panuntun, B. (2019). Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Siswa Sekolah Dasar Negeri Di Kecamatan Bancak. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 10(1), 136–145. <https://doi.org/https://doi.org/10.26751/jikk.v10i1.477>
- Nurfatihah, F., Imas Ismaya, N., Sheila, & Triyani, S. (2023). Analisis Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar. *Didaktik : Jurnal Ilmiah PGSD FKIP Universitas Mandiri*, 8(2). <https://doi.org/https://doi.org/10.36989/didaktik.v8i2.568>
- Nur'insyani, S. R. P., & Prihantini. (2023). Pengelolaan Jajanan Sehat Untuk Meningkatkan Pola Makan Sehat Anak Sekolah Dasar. *Education Jurnal Sosial Humaniora Dan Pendidikan*, 3(2), 43–53. <https://doi.org/10.51903/education.v3i2.333>
- Rianto, A. A. (2023). Penerapan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di Sekolah Menengah Pertama. *Jurnal Anestesi: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(4), 356–362. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v1i4.796>
- Rogo, I., & Yani T., A. (2023). Manajemen Sumber Daya Lingkungan Sekolah Dalam Meningkatkan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Peserta Didik (Studi Kasus di Sekolah Menengah Pertama (SMP) Yayasan Wanita Kereta Api (YWKA) Bandung). *Journall on Education*, 5(4). <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/joe.v5i4>
- Sanjaya, R., Fara, Y. D., & Sagita, Y. D. (2019). Pendidikan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringsewu*, 1(1), 55–60. <https://journal.aisyahuniversity.ac.id/index.php/Abdi/article/view/phbs>
- Sari, W. N. I., & Mulyadi. (2021). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Usia Sekolah Dasar. *Journal Of Education Research P*, 1(1), 74–96. <https://pedirresearchinstitute.or.id/index.php/THEJOER/index>