

Pemberian Edukasi PHBS Berbasis Etnosains Di SDN 13 Kubu Gulai Bancah Bukittinggi

Lisa Fradisa¹, Kalpana Kartika²

¹Universitas Perintis Indonesia, Padang, Indonesia

²Universitas Perintis Indonesia, Padang, Indonesia
lisafradisa@gmail.com

Abstrak: Pemberian edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) berbasis etnosains adalah bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa akan pentingnya sadar diri dan lingkungan dengan menanamkan pola pikir sehat, melalui kearifan lokal yang ada, relevan dengan tuntutan zaman sehingga tercipta masyarakat sekolah yang sehat, cerdas dan berbudaya dalam menghadapi era society 5.0. Minimnya pengetahuan PHBS siswa, dapat mengakibatkan bermacam-macam masalah kesehatan diri dan lingkungan. PHBS pada dasarnya adalah semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas kesadaran pribadi. Meskipun sudah lama digemakan oleh pemerintah melalui kementerian kesehatan, namun, PHBS di sekolah kini terasa semakin krusial mengingat sudah dilaksanakan kegiatan pembelajaran secara tatap muka pasca pandemi Covid 19. Mereka diharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan sekitar sekolah yang sehat. Dengan begitu, proses belajar mengajar akan berjalan dengan lancar. Kegiatan ini dilakukan di SD Negeri 13 Kubu Gulai Bancah Bukittinggi dalam bentuk penyuluhan dengan bantuan power point, diskusi, menonton video serta demonstrasi 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar. Melalui edukasi PHBS berbasis etnosains ini terjadi peningkatan pengetahuan siswa terbukti dengan besarnya antusias siswa dan banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait masalah kesehatan diri dan lingkungan disekitar mereka. Sebahagian besar siswa mampu menjelaskan dan mempraktekkan kembali bagaimana perilaku hidup sehat, cerdas dan berbudaya.

Kata Kunci: Edukasi, Etnosains, PHBS

Abstract: *Providing education on Clean and Healthy Behavior (PHBS) based on ethnoscience aims to increase students' knowledge of the importance of self-awareness and the environment by instilling a healthy mindset, through existing local wisdom, relevant to the demands of the times so as to create a healthy, intelligent and cultured school community in facing the era of society 5.0. The lack of knowledge of PHBS in students can lead to various personal and environmental health problems. PHBS is basically all public health behavior carried out on personal awareness. Even though it has long been echoed by the government through the ministry of health, however, PHBS in schools now feels even more crucial considering that face-to-face learning activities have been carried out after the Covid 19 pandemic. They are expected to adopt a healthy lifestyle to create healthy schools and the environment around schools. That way, the teaching and learning process will run smoothly. This activity was carried out at SD Negeri 13 Kubu Gulai Bancah Bukittinggi in the form of counseling with the help of power points, discussions, watching videos and demonstrations of the 6 steps to washing hands properly and correctly. Through this ethnoscience-based PHBS education there was an increase in students' knowledge as evidenced by the great enthusiasm of students and the many questions asked regarding personal health problems and the environment around them. Most students are able to explain and practice how to live a healthy, intelligent and cultured life.*

Keywords: *Education, Ethnoscience, PHBS*

Pendahuluan

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi saat ini berbanding lurus dengan pola kehidupan manusianya, mengakibatkan manusia menjadi individualis dan acuh tak acuh terhadap kondisi lingkungan sekitar. Pandemi Covid-19 mengajarkan kita akan pentingnya

menerapkan pola hidup sehat, agar dapat terhindar dari penularan penyakit yang mana transmisi agen penyebab penyakit ini berasal dari lingkungan itu sendiri.

Melihat mayoritas masyarakat kita yang sebelumnya memiliki pola hidup yang kurang sehat, seperti sering mengkonsumsi makanan siap saji, jarang mencuci tangan pakai sabun, membuang sampah sembarangan, serta hal lain yang sejenis, membuat penerapan pola hidup sehat terkesan latah diawal. Namun seluruh elemen masyarakat tak terkecuali saat ini benar-benar dituntut untuk selalu menerapkan pola hidup yang sehat demi kelangsungan hidup bersama.

Perilaku Hidup bersih dan sehat (PHBS) merupakan langkah yang harus dilakukan untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal bagi setiap orang. Kondisi sehat tidak serta merta terjadi, tetapi harus senantiasa diupayakan dari yang tidak sehat menjadi hidup yang sehat serta menciptakan lingkungan yang sehat. Upaya ini harus dimulai dari menanamkan pola pikir sehat kepada masyarakat yang harus dimulai dan diusahakan oleh diri sendiri (Andriansyah & Rahmantari, 2013).

PHBS pada dasarnya adalah semua perilaku kesehatan masyarakat yang dilakukan atas kesadaran pribadi. Hal-hal yang diterapkan pada PHBS tergantung dari lingkungannya, misalnya di lingkungan keluarga atau tempat tinggal, sekolah, perkantoran, dan lain-lain. Meski demikian, tujuan PHBS secara umum adalah sama, yakni meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mau menjalankan hidup bersih dan sehat (Kementerian Kesehatan RI, 2011). Dengan demikian, masyarakat bisa mencegah dan mengatasi suatu permasalahan kesehatan.

Pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah sejak lama menggemakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di satuan pendidikan. Namun, PHBS di sekolah kini terasa semakin krusial mengingat anak-anak sudah kembali bersekolah di masa pasca pandemi Covid-19. Hidup sehat berarti membiasakan seseorang untuk senantiasa menjaga kesehatan diri serta menjaga kesehatan lingkungan sekitar. Adapun kebiasaan tersebut seperti mengkonsumsi makanan yang sehat, bergizi, rajin berolahraga, rajin membersihkan diri atau sering mencuci tangan pakai sabun, membuang sampah pada tempatnya, menanam dan merawat tanaman, serta mengambil manfaat dari alam sesuai dengan kebutuhan atau tidak berlebihan, merupakan suatu pola hidup yang sudah mengakar dan membudaya bagi masyarakat kita. Dengan selalu menjaga pola hidup sehat akan menghindarkan kita dari berbagai macam penyakit berbahaya seperti obesitas, diabetes, gagal ginjal, serta penyakit yang diakibatkan oleh bakteri, jamur, virus serta jenis parasit lainnya. Menjaga kesehatan diri dan lingkungan sekitar juga dapat dilakukan dengan cara menanam dan merawat tanaman dipekarangan rumah. Sehingga kebiasaan hidup sehat secara tidak langsung dapat membuat

kita lebih mencintai alam. Dasar pengetahuan inilah yang kita kenal dengan pengetahuan berbasis etnosains.

Edukasi PHBS berbasis etnosains adalah pemberian edukasi PHBS dimana sumber pengetahuan dari kearifan lokal dinamis dan berkembang, sehingga dapat dijadikan dasar untuk pengambilan kebijakan pada level lokal di bidang kesehatan (Sumarni, 2018). Pengenalan nilai-nilai kearifan lokal dapat dilakukan melalui pengintegrasian nilai tersebut dalam kegiatan pembelajaran. Salah satu caranya adalah memadukan sumber belajar dengan pengetahuan sains ilmiah yang berorientasi budaya atau etnosains (Atmojo, 2012). Kegiatan dengan berbasis pada etnosains yaitu dengan mengaitkan antara materi dengan kebudayaan yang ada di lingkungan sekitar dan bersifat kontekstual (Puspasari et al., 2019). Beberapa topik edukasi penjelasan mengenai etnosains, yaitu pengetahuan yang berasal dari norma dan kepercayaan masyarakat lokal tertentu yang mempengaruhi interpretasi dan pemahaman terhadap alam (Rahayu & Sudarmin, 2015). Etnosains sebagai sumber belajar di sekolah dasar dinilai menjadi aspek yang sangat penting bagi peningkatan kemampuan pemahaman siswa terhadap konsep dan materi (Kelana, 2021). Selanjutnya, Akmal et al. (2021) menjelaskan bahwa latar belakang budaya yang dimiliki siswa berpengaruh terhadap proses pembelajaran siswa dalam usahanya menguasai konsep-konsep pembelajaran yang diberikan.

Sikap sadar serta memiliki kepedulian terhadap lingkungan secara utuh dan mengakar, hal ini perlu di upayakan guna menyongsong era globalisasi berbasiskan etnosains. Dengan lahirnya generasi yang berkarakter hidup sehat dan cinta alam akan mampu menjaga dan menerapkannya secara terus-menerus kebiasaan baik tersebut dalam kehidupan sehari-hari bersama dengan masyarakat secara luas. Terwujudnya generasi yang mempunyai sikap dan tindakan yang selalu berupaya mencegah terjadinya kerusakan alam, bahkan sampai pada sikap dan tindakan untuk memperbaiki kerusakan yang ada. Dengan terus terjaganya kelestarian dan keberlangsungan alam, maka keberlangsungan hidup manusia juga akan ikut terjamin.

Sekolah Dasar diantaranya SDN 13 Kubu Gulai Bancah berada di kecamatan Mandiangin Koto Salayan, Kota Bukittinggi, merupakan salah satu wahana pendidikan dasar pencetak generasi penerus bangsa. Pengetahuan yang mereka miliki akan membentuk karakter mereka, sehingga akan menjadi cerminan kepribadian suatu bangsa. Maka hal ini sangat perlu diperhatikan oleh berbagai pihak agar nanti dapat tercipta generasi sehat dan cemerlang. Kebiasaan siswa jajan makanan tidak sehat (mengandung pengawet, pewarna dan penguat rasa berlebihan), cepat saji, dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, merokok, tidak memperhatikan kebersihan mulut, gigi, kebiasaan tidak mencuci tangan sebelum dan sesudah makan, sikap acuh tak acuh terhadap lingkungan, imunisasi dan sebagainya, hal ini

menandakan minimnya pengetahuan dan kesadaran siswa akan pentingnya kesehatan diri dan lingkungan.

PHBS di sekolah adalah pelaksanaan prosedur kesehatan tertentu dengan memberdayakan guru, siswa, serta masyarakat di lingkungan sekolah. Merekadiharapkan melakukan pola hidup sehat untuk menciptakan sekolah dan lingkungan di sekitar sekolah yang sehat pula. Manfaat PHBS di sekolah adalah menciptakan lingkungan yang bersih dan sehat. Dengan begitu, proses belajar-mengajar akan berjalan lancar, sedangkan kesehatan guru, siswa, maupun masyarakat di sekitar juga tidak terganggu.

Berdasarkan uraian di atas maka dianggap penting dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat pada siswa SDN 13 Kubu Gulai Bancah, dengan tema "Pemberian Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Berbasis Etnosains yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa akan pentingnya sadar diri dan lingkungan dengan menanamkan pola pikir sehat, melalui kearifan lokal yang ada, relevan dengan tuntutan zaman sehingga tercipta masyarakat sekolah yang sehat, cerdas dan berbudaya dalam menghadapi era society 5.0.

Peningkatan pengetahuan ini ditinjau dari bagaimana siswa dapat meningkatkan kemampuannya dalam mengenali masalah kesehatan, mengorganisasikan potensi dan sumber daya yang dimiliki untuk mengatasi masalah kesehatan yang dihadapinya serta mereka dapat meningkatkan derajat kesehatannya dan mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari.

Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian ini beranjak dari permasalahan yang ditemukan di SDN 13 Kubu Gulai Bancah, Bukittinggi adalah berkaitan dengan minimnya pengetahuan dan pendidikan kesehatan di sekolah. Target yang diharapkan setelah pelaksanaan kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan dengan menanamkan nilai kepedulian terhadap kesehatan dalam perilaku hidup bersih dan sehat kepada siswa. Berkaitan dengan peningkatan perilaku hidup sehat pada siswa maka dilakukan kegiatan penyuluhan dan pembinaan lingkungan, pendampingan pada guru untuk pelaksanaan pembelajaran kurikuler dan ekstrakurkuler yang mengintegrasikan materi kesehatan dalam pembelajaran berbasis etnosains.

Langkah-langkah kegiatan yang akan dilakukan adalah :

- a. Tahap persiapan
 - 1) Melakukan sosialisasi kegiatan
 - 2) Menyiapkan materi, media, alat sarana dan prasarana penyuluhan kesehatan.
 - 3) Menyepakati jadwal kegiatan
 - 4) Mengidentifikasi media massa yang akan digunakan untuk publikasi
- b. Tahap pelaksanaan

- 1) Memberikan penyuluhan PHBS, dengan metode ceramah dan tanya jawab
 - 2) Menampilkan cuplikan video
 - 3) Melakukan demonstrasi 6 langkah cuci tangan yang baik dan benar
 - 4) Melakukan pendokumentasian setiap kegiatan melalui foto, dan pencatatan
 - 5) Melakukan peliputan untuk publikasi oleh media
- c. Tahap Evaluasi
- 1) Melakukan evaluasi terhadap pengetahuan (Pre test dan pos test).
 - 2) Membuat laporan kegiatan.
 - 3)

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian "Pemberian Edukasi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Berbasis Etnosains di SD Negeri 13 Kubu Gulai Bancuh, Bukittinggi" dilakukan pada hari Kamis tanggal 12 Januari 2023 dari pukul 09.00 WIB sampai selesai yang diikuti oleh dua orang dosen, 5 orang mahasiswa, 88 orang siswa, kepala sekolah, 12 orang guru dan tenaga kependidikan lainnya. Kegiatan pengabdian ini mencakup: kegiatan penyuluhan edukasi PHBS, menampilkan cuplikan video, serta demonstrasi cuci tangan.

Edukasi PHBS diberikan dengan penyuluhan. Materi PHBS disajikan dengan mengintegrasikan pengetahuan etnosains dengan tujuan agar siswa (1) Mengetahui dan menjadi lebih akrab dengan lingkungan alam, sosial, dan budaya. (2) Memberikan bekal kemampuan dan keterampilan serta pengetahuan mengenai daerahnya yang berguna bagi dirinya maupun lingkungan masyarakat pada umumnya.



Gambar 1. Memberikan penyuluhan PHBS berbasis etnosains

Adapun topik mengenai edukasi kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat diintegrasikan dengan pengetahuan etnosains, seperti dalam menggunakan air bersih dan sudah di masak hingga mendidih sebelum dikonsumsi, menggunakan jamban sehat, makan makanan sehat dan bergizi seperti makanan hasil fermentasi (tahu,tempe), pepes, makanan tradisional yang menggunakan bahan dan pengawet alami, mengonsumsi sayur dan buah organik, tidak

merokok, berolah raga atau melakukan aktivitas fisik, cuci tangan yang baik dan benar, selalu menjaga kebersihan mulut dan gigi, serta pemberantasan jentik nyamuk. Penekanan kegiatan penyuluhan adalah pada pemberantasan jentik nyamuk dan cuci tangan. Topik pemberantasan jentik langsung dilakukan pemantauan jentik disekitar lingkungan sekolah, kegiatan ini merupakan suatu bentuk pemeliharaan kesehatan yang dilakukan dengan cara pengecekan jentik-jentik nyamuk pada tampungan air yang terdapat di lingkungan sekolah.

Selain pengecekan jentik, juga memberikan wawasan tentang siklus hidup nyamuk, tempat berkembangbiaknya nyamuk, penyakit-penyakit yang disebabkan oleh nyamuk, dan cara penanggulangannya. Dengan pengetahuan ini nantinya masyarakat sekolah dapat melakukan program rutin melakukan gotong royong untuk memelihara kebersihan lingkungan, diantaranya mengubur sampah-sampah yang dapat digenangi air. Selain kegiatan pemberantasan jentik nyamuk kegiatan lain yang dilakukan oleh kelompok mahasiswa adalah yaitu memberikan demonstrasi tentang cara mencuci tangan yang benar dan tepat. Mencuci tangan merupakan kegiatan yang wajib dilakukan ketika sebelum dan sesudah makan, serta setelah melakukan aktivitas di luar sekolah tujuannya yaitu untuk menghilangkan kuman-kuman dan bakteri yang menempel pada tangan, sela-sela jari, serta pada kuku, karena tangan merupakan salah satu agen utama masuknya kuman atau mikroba penyebab penyakit kemulut, hidung dan anggota tubuh lainnya, bisa melalui makanan dan minuman atau benda-benda yang menempel ditangan kita baik secara sengaja atau tidak sengaja, selain untuk diri sendiri tangan juga sebagai sumber penyaluran kuman dari satu orang ke orang lainnya. Mencuci tangan tidak cukup hanya membilas kedua telapak tangan dengan air bersih saja, namun diperlukan adanya sabun serta cara mencuci tangan yang tepat supaya tangan benar-benar bersih dari kuman sehingga penyakit tidak mudah masuk ke dalam tubuh.

Evaluasi kegiatan pengabdian mencakup evaluasi pemberian edukasi kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS). Edukasi kesehatan yang telah dilaksanakan dengan memberikan penyuluhan serta memberikan contoh dengan mempraktekannya di depan guru dan para siswa. Hal ini dilakukan agar siswa tidak hanya mengetahui cara melakukannya saja tetapi juga mengetahui manfaat dengan menerapkannya di kehidupan sehari-hari mereka serta mengetahui bahayanya jika tidak menerapkannya.

Berdasarkan hasil pengamatan diketahui bahwa setelah dilakukan penyuluhan, diadakan tanya jawab dan diskusi. Kegiatan ini mendapatkan tanggapan dengan antusias yang tinggi dari peserta. Munculnya beberapa pertanyaan dari peserta mengenai masalah atau keluhan kesehatan mereka sehari-hari hal ini menunjukkan siswa dapat meningkatkan kemampuannya dalam mengenali masalah kesehatan. Hasil yang sama juga diperoleh dari penelitian (Fradisa & Kartika, 2022). Mereka juga mampu mengorganisasikan potensi dan sumber daya yang dimiliki

untuk mengatasi masalah kesehatan yang dihadapinya serta mereka dapat meningkatkan derajat kesehatannya dan sehingga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari, seperti hasil pengamatan dari (Wijayanto et al., 2020), dan (Muspita et al., 2021). Disamping itu siswa juga sudah bisa mempraktekkan cuci tangan baik dan benar, setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi.

Hal ini juga menunjukkan mereka sudah mempunyai peningkatan pengetahuan dan kesadaran akan pentingnya pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat bagi diri dan lingkungan.



Gambar 2. Foto bersama tim dan peserta pengabmas

Kesimpulan

Pemberian Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Berbasis Etnosains guna meningkatkan pengetahuan siswa akan pentingnya sadar diri dan lingkungan dengan menanamkan pola pikir sehat, melalui kearifan lokal yang ada, relevan dengan tuntutan zaman sehingga tercipta masyarakat sekolah yang sehat, cerdas dan berbudaya dalam menghadapi era society 5.0, sudah terlaksana dan dapat diterima dengan baik oleh masyarakat sekolah. Siswa sangat antusias dengan kegiatan ini. Peningkatan pengetahuan tercermin dari tanggapan dan pertanyaan-pertanyaan siswa saat dilakukan diskusi. Selain itu siswa juga dapat meningkatkan kemampuannya dalam mengenali masalah kesehatan, mengorganisasikan potensi dan sumber daya yang dimiliki untuk mengatasi masalah kesehatan yang dihadapinya serta mereka dapat meningkatkan derajat kesehatannya. Harapannya, pemberian edukasi ini dan contoh praktik yang disosialisasikan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari siswa secara kontinyu.

Ucapan Terimakasih

Pada kesempatan ini kami dari tim pengabdian masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Perintis Indonesia mengucapkan terimakasih kepada kepala sekolah , majelis guru,

semua murid, beserta tenaga kependidikan di sekolah SDN 13 Kubu Gulai Bancah, Bukittinggi yang telah memberikan izin dan mendukung pelaksanaan kegiatan pengabdian ini, sehingga dapat terlaksana dengan baik.

Referensi

- Akmal, A. U., Lestari, T., & Asra, A. (2021). *Jurnal Inovasi Pendidikan dan Pembelajaran Sekolah Dasar Analisis Etnosains dalam Pembelajaran IPA di Sekolah Dasar Kota Padang dan Bukittinggi*. 4, 68–77.
- Andriansyah, Y., & Rahmantari, D. N. (2013). Penyuluhan Dan Praktik Phbs (Perilaku Hidup Bersih. *Inovasi Dan Kewirausahaan*, 2(1), 45–50.
- Atmojo, S. E. (2012). Profil keterampilan proses sains dan apresiasi siswa terhadap profesi pengrajin tempe dalam pembelajaran ipa berpendekatan etnosains. *Jurnal Pendidikan IPA Indonesia*, 1(2), 115–122. <https://doi.org/10.15294/jpii.v1i2.2128>
- Fradisa, L., & Kartika, K. (2022). Pemberian Edukasi Dini Vaksinasi Covid 19 dan Edukasi Kesehatan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah Dasar Negeri 02 Campago Guguk Bulek Bukittinggi. *COVIT (Community Service of Health)*, 2(1), 159–166.
- Kelana, J. B. (2021). *Etnosains sebagai Sumber Belajar di Sekolah Dasar*. May. <https://doi.org/10.26858/jkp.v5i1.16822>
- Kementerian Kesehatan RI. (2011). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. In L. S. Sulistyowati (Ed.), *Peraturan Menteri Kesehatan No. 2269 TAHUN 2011 tentang Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat*. Kementerian Kesehatan RI 2011.
- Muspita, Z., Lestari, Y., Asri, I. H., & Ilhami, B. S. (2021). Penyuluhan Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Desa Aikmel Kecamatan Aikmel Tahun 2021. *Jurnal Abdi Populika*, 02(2), 163–168.
- Puspasari, A., Susilowati, I., Kurniawati, L., Ridha Utami, R., Gunawan, I., & Sayekti, I. C. (2019). Implementasi Etnosains dalam Pembelajaran IPA di SD Muhammadiyah Alam Surya Mentari Implementation of Ethnoscience in Science Learning at Elementary School of. *Science Education Journal (SEJ)*, 3(1), 25–31. <https://doi.org/10.21070/sej.v3i1.2426>
- Rahayu, W. E., & Sudarmin. (2015). Pengembangan Modul Ipa Terpadu Berbasis Etnosains Tema Energi Dalam Kehidupan Untuk Menanamkan Jiwa Konservasi Siswa. *Unnes Science Education Journal*, 4(2). <https://doi.org/10.15294/usej.v4i2.7943>
- Sumarni, W. (2018). *Etnosains dalam Pembelajaran Kimia: Prinsip, Pengembangan dan Implementasinya* (Sudarmin (ed.)). Unnes Press.
- Wijayanto, T., Rosmawaty, R., Asniah, A., & Dedu, A. (2020). Penyuluhan Berbasis Multimedia Dalam Upaya Mengurangi Penyebaran Coronavirus -19 (Covid-19). *Anoa: Jurnal Pengabdian Masyarakat Sosial, Politik, Budaya, Hukum, Ekonomi*, 2(1), 42. <https://doi.org/10.52423/anoa.v2i1.14828>