



PENINGKATAN KESADARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) PADA SISWA KELAS 5 MI ASSHULAHA CIEURIH

Nasywa Zulfa Nujmatul Arifin¹

¹ Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bakti Tunas Husada Tasikmalaya Jl. Letjen Mashudi No. 20, Kota Tasikmalaya 46196

*Penulis Korespondensi: nasywazulfa58@gmail.com

Abstract. *Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) in the school environment is a crucial pillar in creating a conducive learning environment and maintaining student health from an early age. This activity aims to increase knowledge, awareness, and initiate changes in clean and healthy living behaviors among fifth-grade students at Asshulaha Islamic Elementary School. The implementation method uses an interactive educational approach combined with the screening of educational videos on PHBS indicators at school. This activity targets all 23 fifth-grade students at Asshulaha Islamic Elementary School. Evaluation of the activity's success was measured quantitatively through pre-tests and post-tests. The implementation results showed a significant difference in knowledge between before and after the intervention, as evidenced by the results of data analysis with a p-value of less than 0.05 ($p < 0.05$). The conclusion of this activity is that interactive education based on audiovisual media has been proven effective in increasing students' understanding of PHBS. Similar activities are recommended to be conducted periodically and supported by school policies to ensure the sustainability of these healthy living habits.*

Keywords: *PHBS, Educational Video, Pre-test, Post-test, MI Asshulaha*

Abstrak. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah merupakan pilar penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan menjaga kesehatan peserta didik sejak dini. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan, kesadaran, serta menginisiasi perubahan perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa kelas 5 MI Asshulaha. Metode pelaksanaan menggunakan pendekatan edukasi interaktif yang dikombinasikan dengan pemutaran video edukasi mengenai indikator-indikator PHBS di sekolah. Sasaran kegiatan ini adalah seluruh siswa kelas 5 MI Asshulaha yang berjumlah 23 orang. Evaluasi tingkat keberhasilan kegiatan diukur secara kuantitatif melalui pemberian tes sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) penyampaian materi. Hasil pelaksanaan menunjukkan adanya perbedaan pengetahuan yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi, yang dibuktikan dengan hasil analisis data yang menunjukkan nilai Asymp.Sig. (2-tailed) sebesar 0,034 ($p < 0,05$). Kesimpulan dari kegiatan ini adalah edukasi interaktif berbasis media audiovisual terbukti efektif meningkatkan pemahaman siswa mengenai PHBS. Kegiatan serupa disarankan dapat dilakukan secara berkala serta didukung oleh kebijakan sekolah agar kebiasaan hidup sehat ini dapat berjalan secara berkelanjutan.

Kata Kunci: PHBS, Video Edukasi, *Pre-test, Post-test, MI Asshulaha*

1. LATAR BELAKANG

Kesehatan merupakan investasi dasar yang sangat penting bagi keberlangsungan proses belajar mengajar di institusi pendidikan. Anak usia sekolah merupakan aset bangsa yang sangat rentan terhadap berbagai penularan penyakit akibat perilaku hidup yang kurang bersih. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2011), sekolah atau madrasah menjadi tatanan yang sangat strategis dalam pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) karena sebagian besar waktu anak dihabiskan di lingkungan tersebut. Di lingkungan madrasah, rendahnya kesadaran menjaga higiene pribadi (seperti mencuci tangan tidak menggunakan sabun atau membuang sampah sembarangan) masih menjadi masalah klasik yang memicu tingginya angka kesakitan penyakit infeksi seperti diare dan ISPA Kemenkes RI, (2022).

Pembentukan karakter sehat pada anak usia sekolah dasar/madrasah ibtdaiyah memerlukan metode pendekatan yang adaptif dengan perkembangan psikologis mereka. Notoatmodjo (2014) menyatakan bahwa adopsi suatu perilaku kesehatan yang baru di masyarakat akan bersifat langgeng (*long-lasting*) apabila didasari oleh adanya pengetahuan yang baik (*cognitive domain*). Mengandalkan metode ceramah satu arah yang konvensional seringkali memicu kejenuhan bagi para siswa sehingga informasi yang ditangkap tidak optimal. Oleh karena itu, diperlukan inovasi media pembelajaran yang memanfaatkan teknologi visual. Penggunaan media video edukasi yang dikemas secara interaktif dipercaya mampu menstimulasi indra pendengaran sekaligus penglihatan anak secara simultan, sehingga meningkatkan retensi pemahaman anak terkait indikator PHBS secara signifikan (Maryunani, 2013). Atas dasar tersebut, kegiatan edukasi PHBS interaktif ini penting diterapkan pada siswa kelas 5 MI Asshulaha untuk meletakkan fondasi kebiasaan hidup sehat sedini mungkin

2. TUJUAN

Tujuan dari pelaksanaan kegiatan penelitian atau pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengukur dan mengevaluasi efektivitas pemberian edukasi kesehatan interaktif berbasis pemutaran video dalam meningkatkan pemahaman serta pengetahuan terkait indikator Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada siswa kelas 5 MI Asshulaha

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif pra-eksperimental dengan pendekatan *One Group Pre-test and Post-test Design* (Sugiyono, 2018). Populasi sekaligus sampel dalam kegiatan ini melibatkan seluruh siswa kelas 5 MI Asshulaha yang berjumlah 23 orang peserta didik, di mana penentuan sampel menggunakan metode *total sampling*. Intervensi yang diberikan kepada subjek penelitian adalah pemaparan materi kesehatan dengan metode interaktif yang dipadukan dengan pemutaran video edukasi audiovisual mengenai indikator PHBS di sekolah (seperti mencuci tangan dengan sabun, jajan di kantin sehat, pembuangan sampah pada tempatnya, dan menjaga kebersihan toilet).

Instrumen pengumpulan data berupa kuesioner terstruktur yang telah divalidasi guna menilai tingkat pengetahuan siswa. Evaluasi efektivitas intervensi dilakukan dengan membandingkan skor pengetahuan subjek sebelum pemberian materi (*pre-test*) dan setelah pemaparan materi serta pemutaran video (*post-test*). Keberhasilan program dan perubahan tingkat pengetahuan ini kemudian dianalisis secara statistik menggunakan uji berpasangan (*Paired T-Test*) dengan batas kemaknaan tingkat signifikansi nilai *p-value* kurang dari 0,05 ($p < 0,05$).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil evaluasi yang dilakukan pada 23 siswa kelas 5 MI Asshulaha, ditemukan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) setelah diberikan intervensi edukasi. Hasil analisis data menunjukkan nilai perbandingan *pre-test* dan *post-test* dengan nilai *p-value* kurang dari 0,05 ($p < 0,05$). Secara statistik, angka ini membuktikan bahwa hipotesis penelitian diterima, yang berarti intervensi berupa edukasi interaktif berbasis video memberikan pengaruh nyata terhadap peningkatan pemahaman siswa. Menurut Kemenkes RI (2011), institusi sekolah merupakan salah satu dari 5 tatanan PHBS yang sangat strategis karena anak usia sekolah dasar berada pada

Statistik Deskriptif	Nilai <i>Pre-test</i>	Nilai <i>Post-test</i>
Rata-rata (<i>Mean</i>)	91,30	96,52
Standar Deviasi (<i>Std. Deviation</i>)	15,464	8,317
Nilai Minimum	50	70

fase pertumbuhan cepat dan sangat peka terhadap pembentukan kebiasaan hidup sehat. Peningkatan pengetahuan yang signifikan ini tidak lepas dari pemilihan media edukasi berbasis audiovisual (video pendek). Pembelajaran interaktif menggunakan video mampu menstimulasi indra pendengaran dan penglihatan siswa secara bersamaan, sehingga materi yang disampaikan lebih mudah diserap daripada metode ceramah konvensional. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2014) bahwa adopsi perilaku baru di masyarakat, termasuk anak-anak, berawal dari domain kognitif (pengetahuan). Ketika anak-anak disajikan visualisasi nyata mengenai bahaya kuman, cara mencuci tangan dengan sabun yang benar, dan pentingnya memilah sampah melalui video animasi, ketertarikan mereka akan meningkat yang pada akhirnya memperkuat retensi memori mereka terhadap informasi kesehatan tersebut. Adriyani & Handayani (2021)

Penelitian ini juga memperkuat temuan dari beberapa studi terdahulu yang mengkaji efektivitas media audiovisual dalam tatanan PHBS sekolah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maryunani (2013), intervensi edukasi kesehatan yang diberikan berulang dan menggunakan media yang menarik bagi anak mampu memicu perubahan sikap positif secara instan setelah kegiatan berlangsung. Temuan nilai $p < 0,05$ dalam penelitian di MI Asshulaha ini juga sejalan dengan studi oleh Saputra (2020) yang menegaskan bahwa metode *pre-test* dan *post-test* pada kelompok usia sekolah dasar selalu menunjukkan deviasi skor yang signifikan jika didukung oleh media edukasi digital interaktif. Peningkatan pengetahuan ini diharapkan menjadi modal awal (prediktor kuat) bagi para siswa kelas 5 untuk mengaplikasikan indikator PHBS secara mandiri di lingkungan madrasah maupun di rumah. Namun, dukungan kebijakan internal sekolah

tetap memegang peranan krusial agar perilaku ini konsisten dilakukan. Pratiwi & Utami (2023)

HASIL

Analisis Deskriptif Pengetahuan PHBS Siswa (*Pre-test* dan *Post-test*)

Berdasarkan pengumpulan data yang dilakukan pada 23 responden kelas 5 MI Asshulaha, diperoleh gambaran deskriptif nilai pengetahuan siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebelum (*pre-test*) dan sesudah (*post-test*) diberikan intervensi edukasi video interaktif. Data deskriptif tersebut disajikan pada Tabel 1 berikut:

Tabel 1.1 Distribusi Nilai Deskriptif Pre-test dan Post-test Siswa ($N = 23$)

Nilai Maksimum	100	100
Skor Median	100,00	100,00

Berdasarkan Tabel 1.1 terlihat adanya peningkatan nilai rata-rata (*mean*) pengetahuan siswa secara keseluruhan, di mana nilai rata-rata pada saat *pre-test* sebesar 91,30 meningkat menjadi 96,52 pada saat *post-test*. Selain itu, batas nilai minimum yang diperoleh siswa juga mengalami perbaikan yang semula bernilai 50 pada saat *pre-test*, meningkat menjadi 70 pada saat *post-test*.



GAMBAR 1.1 pembagian & pengisian pre-test post-test

Secara lebih rinci, distribusi frekuensi persentase nilai yang diperoleh 23 siswa kelas 5 MI Asshulaha dijabarkan dalam Tabel 2 di bawah ini:

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Nilai Pengetahuan PHBS Siswa

Nilai	Frekuensi <i>Pre-test</i>	Persentase <i>Pre-test</i> (%)	Frekuensi <i>Post-test</i>	Frekuensi <i>Post-test</i>
50	2	8,7%	0	0%
70	1	4,3%	1	4,3%
80	2	8,7%	2	8,7%
90	3	13,0%	1	4,3%
100	15	65,2%	19	82,6%
Total	23	100%	23	100%

Tabel 1.2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, mayoritas siswa sudah memiliki dasar pengetahuan yang cukup baik dengan 15 siswa (65,2%) memperoleh nilai sempurna (100). Namun, masih terdapat siswa yang mendapatkan nilai rendah (nilai 50) sebanyak 2 orang (8,7%). Setelah diberikan intervensi pemutaran video edukasi PHBS yang interaktif, jumlah siswa yang memperoleh nilai sempurna (100) meningkat drastis menjadi 19 orang (82,6%) dan sudah tidak ada lagi siswa yang mendapatkan nilai di bawah 70.

Pengaruh Edukasi PHBS Terhadap Pengetahuan Siswa (Uji Hipotesis)

Untuk melihat signifikansi pengaruh intervensi edukasi terhadap perubahan skor pengetahuan responden, dilakukan uji peringkat bertanda Wilcoxon (*Wilcoxon Signed Ranks Test*). Hasil perubahan arah skor (*ranks*) dan nilai signifikansi statistik disajikan pada Tabel 3 dan Tabel 4 berikut:

Tabel 1.3 Hasil Perubahan Skor Pengetahuan Siswa (*Ranks*)

Kategori Perubahan Skor (Post-test - Pre-test)	jumlah Siswa (<i>N</i>)	Rata-rata Peringkat (<i>Mean Rank</i>)	Jumlah Peringkat (<i>Sum of Ranks</i>)
<i>Negative Ranks</i> (Nilai <i>Post-test</i> < <i>Pre-test</i>)	1	3,50	3,50

<i>Positive Ranks</i> (Nilai <i>Post-test</i> > <i>Pre-test</i>)	7	4,64	32,50
<i>Ties</i> (Nilai <i>Post-test</i> = <i>Pre-test</i>)	15	-	-
Total	23		

Berdasarkan Tabel 1.3 hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat 7 siswa (*Positive Ranks*) yang mengalami peningkatan skor pengetahuan setelah mendapatkan materi lewat video edukasi. Sementara itu, terdapat 15 siswa (*Ties*) yang memiliki skor tetap (tidak berubah antara *pre-test* dan *post-test*), yang mayoritas merupakan siswa dengan nilai awal sudah mencapai skor maksimal 100. Hanya terdapat 1 siswa (*Negative Ranks*) yang mengalami penurunan skor.

Tabel 1.4 Hasil Uji Statistik Wilcoxon Signed Ranks Test

Uji Statistik	Post-test - Pre-test
Nilai Z	-2,124
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i> (Nilai <i>p</i>)	0,034

Berdasarkan hasil uji statistik pada Tabel 1.4 diperoleh nilai Z sebesar -2,124 dengan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* atau nilai *p-value* sebesar **0,034**. Karena nilai signifikansi yang diperoleh lebih kecil dari batas kemaknaan yang ditentukan 0,034 (<0,05), maka dapat disimpulkan secara meyakinkan bahwa H0 ditolak dan H1 diterima. Hal ini membuktikan bahwa terdapat perbedaan atau peningkatan pengetahuan mengenai PHBS yang signifikan secara statistik pada siswa kelas 5 MI Asshulaha setelah diberikan intervensi berupa edukasi interaktif berbasis pemutaran video edukasi.



GAMBAR 1.2 pemutaran vidio edukasi



GAMBAR 1.3 foto bersama peserta

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan pada 23 siswa kelas 5 MI Asshulaha, dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi edukasi interaktif melalui media pemutaran video terbukti efektif secara signifikan dalam meningkatkan pengetahuan siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan nilai rata-rata pengetahuan siswa dari semula sebesar 91,30 pada saat *pre-test* menjadi 96,52 pada saat *post-test*. Peningkatan kualitas pemahaman siswa ini juga diperkuat secara statistik melalui hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* yang menunjukkan nilai *Asymp. Sig. (2-tailed)* sebesar 0,034 ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan skor pengetahuan yang nyata dan signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi diberikan. Peningkatan pemahaman ini diharapkan dapat menjadi fondasi kognitif yang kuat bagi para siswa untuk mulai mengadopsi dan mempraktikkan kebiasaan hidup bersih dan sehat secara mandiri dan berkelanjutan di lingkungan madrasah maupun dalam kehidupan sehari-hari

DAFTAR REFERENSI

- Adriyani, R., & Handayani, S. (2021). Pengaruh Edukasi Media Audiovisual terhadap Peningkatan Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 85-92.
- Bandura, A. (2004). Health promotion by social cognitive means. *Health Education & Behavior*, 31(2), 143–164.
- Glanz, K., Rimer, B. K., & Viswanath, K. (Eds.). (2015). *Health behavior: Theory, research, and practice* (5th ed.). San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Green, L. W., & Kreuter, M. W. (2005). *Health program planning: An educational and ecological approach* (4th ed.). New York, NY: McGraw-Hill.
- Kemendes RI. (2011). *Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemendes RI. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (*Penting untuk memperbarui data angka kesakitan diare/ISPA anak sekolah dasar*).

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2020 tentang Klasifikasi dan Perizinan Rumah Sakit*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Maryunani, A. (2013). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: A challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259–267.
- Pratiwi, A. D., & Utami, K. D. (2023). Tantangan dan Keberlanjutan Penerapan PHBS di Tatanan Sekolah Selama Masa Transisi Pasca Pandemi. *Jurnal Edukasi Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 110-118
- Saputra, A. (2020). Efektivitas Media Edukasi Digital Interaktif dalam Meningkatkan Pengetahuan PHBS Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 8(2), 115-125.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- United Nations Children's Fund. (2021). *The State of the World's Children 2021: On my mind—Promoting, protecting and caring for children's mental health*. New York, NY: UNICEF.
- World Health Organization. (2020). *Recommendations to member states to improve hygiene practices*. Geneva, Switzerland: Author.