

Gambaran pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat siswa kelas VII di SMP Katolik Santa Theresia Manado

Grahandami, B.Lampus, A.J.Pandelaki*

Abstract:

According to the vision that the future of the Indonesian government about PHBS of Indonesian who live in a healthy environment, the behavior of clean and healthy, able to reach health services, fair and equitable.

The purpose of this research is to reveal the students knowledge of students of class VII at Catholic Junior High School Santa Theresia Manado about healthy behavior.

This is descriptive study using a proportional approach. The sampling method used simple random sampling with a sample of 55 people from a population of 120 people.

The results obtained show that the knowledge of students of class VII at Catholic Junior High School Santa Theresia Manado is good, 100% of respondents knew how to wash their hands, and then 100% of respondents knew about healthy snacks, and by 87,3% of respondents knew about the use of latrines, then about 98,4% of respondents knew about the benefits of exercise, and approximately 96,3% of the respondents knew about the eradication of mosquito larvae exercise, and then approximately 96,3% respondents know about the dangers of smoking and about 80% respondents know about weighing and measuring height, and 100% of respondents knew about the habit of taking out the trash.

Keywords: Clean and Health Behaviour, Knowledge, Attitude and Behaviour

Abstrak:

Sesuai visi pemerintah Indonesia mengenai PHBS yaitu masa depan bangsa Indonesia yang hidup dalam lingkungan sehat, penduduk berperilaku hidup bersih dan sehat, mampu menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu, adil dan merata.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran pengetahuan siswa kelas VII di SMP Katolik Santa Theresia Manado tentang PHBS.

Penelitian ini bersifat deskriptif dan menggunakan pendekatan proposional. Metode pengambilan sampel yang digunakan simple random sampling dengan jumlah sampel 55 orang dari jumlah populasi 120 orang.

Hasil penelitian yang didapatkan menunjukkan bahwa pengetahuan siswa kelas VII di SMP Katolik Santa Theresia Manado sudah baik, 100% responden mengetahui tentang mencuci tangan, kemudian 100% responden mengetahui tentang jajanan sehat, kemudian sebesar 87,3% responden mengetahui tentang penggunaan jamban, kemudian sebesar 98,4% responden mengetahui tentang manfaat olahraga, kemudian sekitar 96,3% responden mengetahui pemberantasan jentik nyamuk, kemudian sekitar 96,3% mengetahui tentang bahaya merokok, kemudian sekitar 80% responden mengetahui tentang menimbang dan mengukur tinggi badan, dan 100% responden mengetahui tentang kebiasaan membuang sampah.

Kata Kunci: Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, Pengetahuan, sekolah

* Ilmu Kedokteran Komunitas Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi, e-mail: amy_wonk@yahoo.com

PENDAHULUAN

Sehat adalah kondisi normal seseorang yang merupakan hak hidupnya. Sehat berhubungan dengan hukum alam yang mengatur tubuh, jiwa dan lingkungan berupa udara segar, sinar matahari, bekerja, istirahat, tidur, santai, kebiasaan gaya hidup yang baik. Menurut World Healthy Organization (WHO) membuat definisi universal yang menyatakan bahwa sehat adalah suatu keadaan fisik, mental dan kesejahteraan sosial yang merupakan kesatuan dan bukan hanya bebas dari penyakit.¹

Dalam mencapai derajat kesehatan yang baik, dibutuhkan peran pendidikan kesehatan terutama pendidikan kesehatan yang berkelanjutan kepada masyarakat. Pendidikan kesehatan di Indonesia disesuaikan dengan visi pemerintah Indonesia yaitu "INDONESIA SEHAT 2010", bermakna masa depan bangsa Indonesia yang hidup dalam lingkungan sehat, penduduknya berperilaku hidup bersih dan sehat, mampu menjangkau pelayanan kesehatan yang bermutu, adil dan merata, sehingga memiliki derajat kesehatan yang optimal. Tujuan utama dari pendidikan kesehatan adalah modifikasi perilaku yang positif yang tidak terlepas dari karakteristik budaya dari suatu bangsa, sehingga pendekatan pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah pendidikan yang bertujuan membangun suatu budaya hidup sehat yang meningkatkan derajat kesehatan.

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat adalah merupakan cerminan pola hidup keluarga yang senantiasa memperhatikan dan menjaga kesehatan seluruh anggota keluarga. Semua perilaku kesehatan yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan dapat berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan di masyarakat merupakan pengertian dari Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. Mencegah lebih baik dari pada mengobati, prinsip kesehatan inilah yang menjadi dasar dari pelaksanaan PHBS. Kegiatan PHBS tidak dapat terlaksana apabila tidak ada kesadaran dari seluruh anggota keluarga.²

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat harus diterapkan sedini mungkin agar menjadi kebiasaan positif dalam memelihara kesehatan, penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat ini lebih dikhususkan terhadap Sekolah Menengah Pertama (SMP) karena

pelajar merupakan penerus harapan bangsa. Pelajar memegang peranan penting dalam kemajuan suatu negara dengan adanya penerapan pola hidup bersih dan sehat dalam kehidupan sehari-hari diharapkan dapat melahirkan generasi yang berkualitas. Akan tetapi pada kenyataannya penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dikalangan pelajar sangatlah sulit meskipun mereka tahu apa arti dari hidup bersih dan sehat tetapi mereka tetap mengabaikan, misalkan membuang sampah tidak pada tempatnya, jajan sembarangan, dan perilaku-perilaku lain yang tidak mencerminkan perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah dan maupun lingkungan tempat tinggal. Hal ini menyebabkan implementasi program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat yang telah dicanangkan pemerintah masih menemui banyak kendala diberbagai daerah.³ Pengetahuan merupakan hasil dari "tahu" dan hal ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan dapat terjadi melalui panca indera manusia, yaitu: indera penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa dan peraba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya perilaku seseorang.⁴ Tujuan penelitian adalah untuk mendapatkan gambaran pengetahuan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa kelas VII di SMP Katolik Santa Theresia Manado.

METODE

Penelitian dilakukan di SMP Katolik St. Theresia Manado dari bulan Oktober-Desember 2012. Penelitian ini termasuk dalam jenis deskriptif dan menggunakan pendekatan proposional.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMP Katolik St. Theresia Manado. Sebagai bahan penelitian ini menggunakan kuisioner dengan jumlah pertanyaan 11. Sampel yang digunakan adalah 55 siswa.

HASIL

Hasil penelitian yang diambil sampel dengan jumlah 55 responden ini ialah sebagai berikut:

Data Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Siswa SMP Katolik Santa Theresia Manado Berdasarkan Kelas

Kelas	Jumlah Siswa	%
VII A	14	25,4
VII B	14	25,4
VII C	14	25,4
VII D	13	23,8
Total	55	100

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Jumlah Siswa	%
Laki-laki	33	60
Perempuan	22	40
Total	55	100

Tabel 3. Indikator Pertanyaan

Pertanyaan	Jawaban	%
Mencuci tangan sebelum dan sesudah dapat menghindari datangnya kuman	Benar	55
	Salah	0
Mencuci tangan sebelum dan sesudah BAB/BAK dapat mencegah penularan penyakit	Benar	55
	Salah	0
Mencucikan tangan menggunakan sabun menghindari datangnya kuman dan penyakit	Benar	55
	Salah	0
Jajanan sehat adalah jajanan yang tidak terdapat zat pewarna, pengawet dan penyedap rasa	Benar	55
	Salah	0
Menutup rapat tempat penyimpanan makanan dapat menghindarkan debu dan hinggapnya lalat pada makanan	Benar	55
	Salah	0
Jamban/wc yang sehat adalah jamban yang bersih tersedia sabun dan air	Benar	48
	Salah	7
Manfaat mengikuti olahraga agar tetap sehat dan tidak mudah sakit	Benar	55
	Salah	0
Salah satu cara memberantas nyamuk di sekolah yaitu dengan 3M (menguras, menutup, mengubur)	Benar	53
	Salah	2
Merokok berbahaya bagi kesehatan	Benar	53
	Salah	2
Menimbang dan mengukur tinggi badan siswa setiap 6 bulan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan siswa	Benar	44
	Salah	11
Membuang sampah pada tempatnya merupakan Cara menjaga kebersihan lingkungan	Benar	55
	Salah	0

Hasil penelitian yang telah dilakukan pada bulan Oktober 2012 – Desember 2012 di SMP Katolik Santa Theresia Manado diperoleh sampel sebanyak 55 responden, dimana responden merupakan siswa kelas VII A, VII B, VII C dan VII D. Dari segi jenis kelamin lebih banyak jumlah responden laki-laki yaitu 33 (60%) dan menurut responden menurut kelas yang pertama VII A sebanyak 14 responden (25,4%) kelas VII B sebanyak 14 responden

(25,4%) kelas VII C sebanyak 14 responden (25,4%) dan VII D sebanyak 13 orang responden (23,85).

Berdasarkan umur responden yang diteliti, sebagian besar berumur 12 – 13 tahun sebanyak 39 siswa (70,9%), umur 10 – 11 tahun sebanyak 15 siswa (27,3%) dan yang paling rendah berumur 13 – 14 tahun sebanyak 1 siswa (1,8%).

Institusi pendidikan perlu mendapatkan perhatian mengingat usia sekolah bagi anak juga merupakan masa rawan terserang berbagai penyakit yang sering menyerang anak usia sekolah, misalnya diare, kecacingan dan anemia.

Jumlah anak masa sekolah yang besar yakni 30% dari total penduduk Indonesia atau sekitar 73 juta orang dan usia keemasan untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat sehingga berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah, keluarga dan masyarakat.

Pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat sesuai dengan indikator perilaku hidup bersih dan sehat. Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan siswa kelas VII SMP Katolik Santa Theresia Manado tentang perilaku hidup bersih dan sehat adalah baik.

Penelitian ini mendukung penelitian sebelumnya yang telah dilakukan Gomo tentang gambaran perilaku hidup bersih dan sehat SMPN 8 Manado yang menyatakan bahwa pengetahuan siswa SMPN 8 yaitu masuk dalam kategori baik.⁵

Gambaran pengetahuan responden tentang mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan sabun membuat tangan menjadi bersih dan bebas kuman, seluruh responden 55 (100%) menjawab benar. Mencuci tangan adalah kegiatan membersihkan bagian telapak, punggung tangan dan jari agar bersih dari kotoran dan membunuh kuman penyebab penyakit yang merugikan kesehatan manusia. Mencuci tangan membutuhkan sabun dan air, sabun yang digunakan untuk mencuci tangan dapat berupa sabun cair, bubuk dan padat.^{6,7}

Berdasarkan pengetahuan responden tentang jajanan di kantin warung seluruh responden 55 (100%) menjawab benar. Kantin adalah salah satu ruang atau bangunan yang berada di sekolah maupun perguruan tinggi, di mana menyediakan makanan sehat untuk siswa yang dilayani oleh petugas kantin.⁸

Hasil pengetahuan responden tentang jamban/WC yang sehat adalah jamban yang bersih, tersedia air bersih dan sabun, sebanyak 48 responden (87,3%) menjawab benar dan sebanyak 7 responden (12,7%) menjawab salah. Jamban adalah bagian suatu bangunan yang dipasang di muka tanah untuk tempat pembuangan tinja/kotoran manusia. Selain mencegah pencemaran sumber air yang ada disekitarnya.⁵

Pengetahuan responden tentang manfaat mengikuti olahraga agar tetap sehat dan tidak mudah sakit, sebanyak 54 responden (98,2%) menjawab benar dan sebanyak 1 responden (1,8%) menjawab salah.

Olahraga untuk meningkatkan derajat sehat dinamis dan kemampuan koordinasi motorik yang lebih baik, agar para siswa selama belajar memiliki kesehatan, kebugaran jasmani dan kualitas hidup yang memenuhi kebutuhan masa kini. Selain itu terhindar dari penyakit yang bisa membuat sakit.^{9,10}

Pengetahuan responden salah satu cara memberantas nyamuk disekolah yaitu dengan 3M (mengu-ras, menutup, mengubur), sebanyak 53 responden (96,3%) menjawab benar dan sebanyak 2 responden (3,7%) menjawab salah. Memberantas nyamuk disekolah adalah kegiatan memeriksa tempat-tempat penampungan air bersih yang ada disekolah, apakah bebas dari jentik nyamuk atau tidak.¹¹

Pengetahuan responden tentang merokok berbahaya bagi kesehatan sebanyak 53 responden (96,3%) menjawab benar dan sebanyak 2 responden (3,7%) menjawab salah. Dalam satu batang rokok yang diisap terdapat sekitar 4.000 bahan kimia berbahaya diantaranya yang paling berbahaya diantaranya yang paling berbahaya adalah nikotin, tar dan CO. Efek dari merokok tidak hanya pada penggunaannya (perokok aktif) tapi juga pada orang-orang yang berada di sekitarnya yang menghirup asap rokok (perokok pasif)⁵

Pengetahuan responden tentang menimbang dan mengukur tinggi badan siswa setiap 6 bulan untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan siswa, sebanyak 44 responden (80%) menjawab benar dan sebanyak 11 responden (20%) menjawab salah. Untuk memantau pertumbuhan berat badan dan tinggi badan normal peserta didik. Mengetahui dan mencegah gangguan pertumbuhan siswa.

Pengetahuan responden tentang membuang sampah pada tempatnya merupakan cara menjaga kesehatan lingkungan, seluruh responden 55 (100%) menjawab benar. Selain kotor, tidak sedap dipandang mata, sampah juga mengundang kuman penyakit. Oleh karena itu sampah harus dibuang ditempat sampah.^{11,12}

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada siswa kelas VII SMP Katolik Santa Theresia Manado, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut. Pengetahuan siswa tentang perilaku hidup bersih dan sehat dikategorikan baik.

SARAN

Pihak Sekolah:

- Kepala Sekolah: Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat disekolah, dan mengevaluasi kinerja guru-guru berkaitan dengan pencapaian sekolah sehat, merencanakan dan melaksanakan kegiatan pendidikan kesehatan, dan pembinaan lingkungan.
- Guru-guru: melaksanakan pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat, dan memantau tujuan untuk mencapai sekolah sehat.

Peneliti Lain: Peneliti juga menganjurkan agar peneliti berikutnya dapat mengadakan penelitian untuk melihat pengaruh dari pendapatan masyarakat terhadap perilaku hidup bersih dan sehat serta meneliti pengaruh pengetahuan terhadap sikap dan tindakan dari perilaku hidup bersih dan sehat.

REFERENSI

1. Chandra B. Ilmu Kedokteran Pencegahan dan Komunitas. Jakarta; EGC, 2006. Hal: 5
2. Proverawati A, Rahmawati A. Perilaku Hidup Bersih & Sehat (PHBS). Yogyakarta: Nuha Medika; 2012
3. Atom. Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Remaja usia 12-15 Tahun di SMPN Kota Sukabumi. Skripsi, Sukabumi: STIKESMI Kota Sukabumi; 2008
4. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta 2009. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2007. Jakarta
5. Mohammad Gomo. Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Sekolah Pada Siswa Kelas Akselerasi di SMPN 8 Manado. Skripsi, FKU Universitas Sam Ratulangi Manado, Manado: 2012
6. Mencuci Tangan. (online). [Http://id.wikipedia.org/wiki/Mencuci-tangan](http://id.wikipedia.org/wiki/Mencuci-tangan); diakses 19 desember 2012.
7. Godam. Tips Cara Cuci Tangan Dengan Sabun yang Baik dan Benar. 2008. Mencuci Tangan Membunuh Kuman. 2007. Jakarta
8. Promosi Kesehatan. Promosi kesehatan dalam pencapaian perilaku hidup bersih dan sehat
9. Promosi Kesehatan. Promosi kesehatan dalam pencapaian perilaku hidup bersih dan sehat
10. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2008. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2007. Jakarta.
11. Rantung D. Gambaran Perilaku hidup bersih dan sehat siswa SMP Advent kota Manado [Skripsi]. FK Universitas Sam Ratulangi Manado, Manado: 2011
12. Rizki Dwiyanti. Gambaran perilaku perilaku siswa Sekolah Dasar Negeri 1 Motobojo Kecil tentang PHBS Sekolah [Skripsi]. FKM Universitas Sam Ratulangi Manado, Manado: 2010