

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA PELAJAR KELAS X DI SMA NEGERI 1 KOTAMOBAGU

Cicilia Neu*, Sulaemana Engkeng *, Angela F.C Kalesaran*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

Berdasarkan buku (Notoatmodjo, 2010) pengertian dari perilaku hidup bersih dan sehat atau yang biasa disingkat dengan PHBS adalah kumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran untuk hasil pembelajaran, yang dapat menjadikan seseorang/keluarga/kelompok atau masyarakat agar mampu menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan serta dapat berperan aktif untuk bisa mewujudkan kesehatan dalam masyarakat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada pelajar kelas X di SMA Negeri 1 Kotamobagu. Adapun rancangan dalam penelitian ini yaitu menggunakan true eksperimen dengan Pre-test dan Post-test. Responden dalam penelitian ini berjumlah 60 pelajar yang terbagi dalam 2 kelas yaitu X IPA A sebanyak 30 pelajar dan X IPA C sebanyak 30 pelajar. Hasil uji paired sample t-test pada pengetahuan kelompok eksperimen bernilai p-value 0.000, sedangkan kelompok kontrol bernilai p-value 0.444. Kemudian untuk sikap kelompok eksperimen bernilai p-value 0.000 dan kelompok kontrol bernilai p-value 0.265. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian ini terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan yang signifikan terhadap Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan nilai p-value < 0.005.

Kata Kunci : Penyuluhan Kesehatan, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

ABSTRACT

Based on the book (Notoatmodjo, 2010) an understanding of clean and healthy or extraordinary behavior with PHBS is a collection of motivations that are practiced on the basis of awareness for learning outcomes, which can help children / family / community or community to be able to help their own families in the health sector can also help to realize health in society. The purpose of this study was to determine how the effect of health education on Clean and Healthy Behavior in class X students at SMA Negeri 1 Kotamobagu. The design in this study is to use true experiments with Pre-test and Post-test. Respondents in this study amounted to 60 students who were divided into 2 classes, namely X science A as many as 30 students and X science C as many as 30 students Paired sample t-test results on the knowledge of the experimental group p-value 0.000, while the control group p-value 0.444. Then for the attitude of the experimental group p-value is 0,000 and the control group is p-value 0.265. Thus it can be concluded that this research has a significant influence on health education on Clean and Healthy Behavior with a p-value <0.005

Keywords : health education, Clean and Healthy Behavior

PENDAHULUAN

Berdasarkan buku (Notoatmodjo, 2010) pengertian dari perilaku hidup bersih dan sehat atau biasa yang disingkat dengan PHBS adalah kumpulan perilaku yang dipraktekkan atas dasar kesadaran untuk hasil pembelajaran, yang dapat menjadikan seseorang/keluarga/kelompok atau masyarakat agar mampu menolong dirinya sendiri dalam bidang kesehatan serta dapat

berperan aktif untuk bisa mewujudkan kesehatan dalam masyarakat.

Kebijakan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat kabupaten atau kota yang ada di Sulawesi utara, dalam profil kesehatan indonesia tahun 2017 berjumlah 15% dan yang mengikuti kebijakan perilaku hidup bersih dan sehat berjumlah 5%. Angka partisipasi sekolah yang ada di Sulawesi utara dari tahun ke tahun memiliki

peningkatan yang di tandai dengan jumlah dari data dan informasi kesehatan yaitu angka partisipasi sekolah tahun 2015 kategori umur 13-15 tahun berjumlah 94,59%, kategori umur 16-18 tahun berjumlah 72,22%, tahun 2016 kategori umur 13-15 tahun meningkat dengan jumlah 94,89% dan kategori umur 16-18 tahun berjumlah 75,57%. Sedangkan data tahun 2017 meningkat menjadi 94,91 % pada umur 13-15 tahun dan 73,04% pada umur 16-18 tahun (Kemenkes RI, 2018)

Jumlah keseluruhan pelajar di SMA Negeri 1 Kotamobagu berjumlah 1244 siswa dengan perincian sebagai berikut: Pelajar kelas X berjumlah 393 dengan jumlah siswa laki-laki sebanyak 149 siswa dan siswa perempuan sebanyak 244 siswa. Terdapat permasalahan dalam pengambilan data awal yaitu mengenai perilaku hidup bersih dan sehat yaitu sarana dan prasarana kebersihan yang ada di sekolah terdapat toilet guru dan pelajar sebanyak 25 namun ada beberapa toilet yang tidak berfungsi dikarenakan toilet tersebut mengalami penyumbatan kotoran. Sarana kebersihan lain berupa wastafel berjumlah 6, pada wastafel ada beberapa keran air tidak berjalan lancar dan tidak disediakan sabun mencuci tangan, serta masih ada sampah-sampah yang berserakan di halaman sekolah, dan terdapat beberapa pelajar yang pada saat istirahat makan tidak mencuci tangan, juga terdapat beberapa pelajar di sekolah tersebut yang merokok. Sehingga

penulis tertarik akan melakukan penelitian ini karena masih terdapat permasalahan mengenai perilaku hidup bersih dan sehat. Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan yang dilakukan yaitu dengan cara menyebarkan pesan menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat akan sadar tahu dan mengerti, akan tetapi juga mau dan bisa melakukan suatu anjuran yang ada kaitannya dengan kesehatan (Waryana, 2016).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan true eksperimen pre-test dan post-test dengan kontrol group. Adapun pelaksanaan dari penelitian ini dilakukan pada bulan September tahun 2019. Populasi yang menjadi target dari penelitian ini adalah pelajar kelas X dengan sampel kelas X IPA A sejumlah 30 siswa dan kelas X IPA C sejumlah 30 siswa dengan variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat dan teknik pengambilan sampel yaitu *purposive sampling*. Adapun responden dalam penelitian ini menggunakan 2 kriteria penelitian yaitu dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, dengan menggunakan instrumen kuisioner dan leaflet (Koem 2015).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisi Univariat

Tabel 2. Distribusi pelajar berdasarkan umur

Umur	Kelompok eksperimen	Kelompok Kontrol	Total	%
13Tahun	1	0	1	3
14Tahun	11	8	19	37
15Tahun	18	22	40	60
Total	30	30	60	100

Berdasarkan tabel tabel 2 dapat dilihat bahwa pada penelitian ini umur yang terbanyak yaitu 15 tahun berjumlah 40 (60%) dan yang sedikit yaitu umur 13 tahun berjumlah 1 pelajar (3%)

Tabel 3. Distiribusi palajar berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol	Total	%
Laki-laki	8	7	15	24
Perempuan	22	23	45	76
Total	30	30	60	100

Dilihat dari tabel 3 diatas, menunjukan bahwa jumlah pelajat terbanyak yaitu perempuan berjumlah 45 pelajar (76%) dan yang berjenis kelamin laki-laki berjumlah 15 pelajar (24%)

Pengetahuan baik dan kurang baik untuk kelompok eksperimen (penyuluhan dan leaflet)

Tabel 4. Pengetahuan tentang PHBS untuk kelompok eksperimen

Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	Total	%	Total	%
Baik	20	67	30	100
Kurang baik	10	33	0	0
Total	30	100	30	100

Dilihat dari tabel 4, menunjukkan bahwa pelajar yang memiliki pengetahuan yang baik terhadap kelompok eksperimen pre-test sebelum menerima penyuluhan dan leaflet yaitu 20 pelajar (67%) dan post-test sesudah menerima penyuluhan dan leaflet pengetahuan baik menjadi 100%.

Tabel 5. Pengetahuan tentang PHBS untuk kelompok kontrol

Pengetahuan	Pre-test		Post-test	
	Total	%	Total	%
Baik	19	63	25	83
Kurang baik	11	37	5	17
Total	30	100	30	100

Tabel 5, memperlihatkan bahwa pelajar yang memiliki pengetahuan kontrol yang tidak menerima perlakuan sebelumnya pre-test yaitu pengetahuan baik 19 pelajar (63%) dan sesudahnya post-test pengetahuan baik meningkat menjadi 25 pelajar (83%). Sedanglan pengetahuan kurang baik pre-test sebelumnya sebesar 11 pelajar (37%) dan sesudahnya post-test pengetahuan kurang baik menurun menjadi 5 pelajar (17%)

Sikap baik dan kurang baik untuk kelompok kontrol (tidak diberikan perlakuan)

Tabel 6. Sikap tentang PHBS pada kelompok eksperimen

Sikap	Pre-test		Post-test	
	Total	%	Total	%
Baik	17	57	30	100
Kurang baik	13	43	0	0
Total	30	100	30	100

Dilihat dari tabel 6, menunjukkan bahwa pelajar yang memiliki sikap yang baik terhadap kelompok eksperimen pre-test sebelum menerima penyuluhan dan leaflet sebelumnya yaitu sikap baik sebesar 17 pelajar (57%) dan sesudahnya post-test sikap baik meningkat menjadi 100%. Sedangkan sikap kurang baik sebelumnya pre-test sebesar 13 pelajar (43%) dan sesudahnya post-test tidak terdapat sikap kurang baik

Tabel 7. Sikap tentang PHBS pada kelompok kontrol

Sikap	Pre-test		Post-test	
	Total	%	Total	%
Baik	16	47	20	67
Kurang baik	14	53	10	33
Total	30	100	30	100

Tabel 7, memperlihatkan bahwa pelajar yang memiliki pengetahuan baik kelompok kontrol yang tidak menerima perlakuan sebelumnya pre-test yaitu sikap baik 16 pelajar (47%) dan sesudahnya post-test sikap baik meningkat menjadi 20 pelajar (67%). Sedangkan sikap kurang baik sebelumnya pre-test sebesar 14 pelajar (53%) dan sesudahnya post-test sikap kurang baik menurun menjadi 10 pelajar (33%).

Analisis Bivariat

Hasil uji bivariat dalam penelitian ini yaitu menggunakan uji statistik paired sample t test (mengukur nilai mean pre-test dan post-test pada setiap kelompok)

Tabel 8. Pengaruh pengetahuan terhadap PHBS

Pengetahuan	Kategori	Mean	P-value
Kelompok Eksperimen	Pre-test	4.00	0.000
	Post-test	7.27	
Kelompok Kontrol	Pre-test	4.03	0.444
	Post-test	4.20	

Tabel 8. menunjukkan bahwa hasil uji statistik paired sample t-test yaitu nilai mean pengetahuan pada kelompok eksperimen saat pre-test yaitu berjumlah 4.00 dan nilai mean post-test berjumlah 7.27 dengan nilai p-value 0.000. Sedangkan pengetahuan pada kelompok kontrol yaitu nilai mean pada saat pre-test berjumlah 4.03 dan nilai mean pada saat post-test berjumlah 4.20 dan nilai p-value 0.444

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Budiyanto (2016), penelitian dengan menggunakan media promosi kesehatan yaitu leaflet, menyatakan bahwa media leaflet mempunyai pengaruh dalam meningkatkan pengetahuan berdasarkan hasil uji paired t test dinyatakan ada perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan leaflet diadakan dengan skor pengetahuan 77.65 saat post-test menjadi 91.76.

Tabel 9. Pengaruh sikap terhadap PHBS

Sikap	Kategori	Mean	P-value
Kelompok Eksperimen	Pre-test	3.77	0.000
	Post-test	7.10	
Kelompok Kontrol	Pre-test	3.67	0.265
	Post-test	3.93	

Tabel 9. Menunjukkan bahwa hasil uji paired sample t-test yaitu nilai mean sikap pada

kelompok eksperimen saat pre-test yaitu berjumlah 3.77 dan nilai mean post-test berjumlah 7.10 dengan p-value 0.000. sedangkan nilai mean Sikap kelompok pada kontrol saat pre-test yaitu berjumlah 3.67 dan nilai mean pada saat post-test berjumlah 3.93 dengan nilai p-value 0.265 Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sewa (2019) yang menggunakan metode penelitian *true eksperiment* dengan uji paired sampel t test dinyatakan bahwa kelompok eksperimen yang mendapat penyuluhan dan leaflet, mengalami peningkatan sikap baik dengan nilai p-value < 0.05. Sementara pada kelompok kontrol yang tidak mendapat penyuluhan dan leaflet tidak terdapat peningkatan sikap dengan nilai p-value > 0.05.

Penelitian berjudul perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) telah banyak dilakukan, salah satunya yaitu yang dilakukan oleh Pasiowan (2017) namun apa yang menjadi objek dari penelitian tersebut berbeda dengan penelitian ini dikarenakan penelitian tersebut dilakukan untuk mengukur diare pada balita.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 60 pelajar dari SMA Negeri 1 Kotamobagu, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Adanya peningkatan pada pengetahuan setelah diadakan pre test dan post test pada eksperimen yang dilakukan

terhadap objek penelitian tersebut (setelah diadakan penyuluhan dan penyebaran leaflet). Namun, tidak terdapat peningkatan pengetahuan pre test dan post test pada kelompok kontrol yang tidak diberikan (penyuluhan dan leaflet) di SMA Negeri 1 Kotamobagu

2. Adanya peningkatan pada sikap setelah diadakan pre test dan post test pada eksperimen yang dilakukan terhadap objek penelitian tersebut (setelah diadakan penyuluhan dan penyebaran Leaflet). Namun, tidak terdapat peningkatan sikap pre test dan post test pada kelompok kontrol yang diberikan (penyuluhan dan leaflet)
3. Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pengetahuan kelompok eksperimen dengan nilai p-value 0.000 dan tidak terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok kontrol dengan nilai p-value 0.444
Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap sikap kelompok eksperimen dengan nilai p-value 0.000 dan tidak terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok kontrol dengan nilai p-value 0.265.

SARAN

1. Bagi SMA Negeri 1 Kotamobagu agar memberikan materi tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada seluruh pelajarannya sehingga membantu

terlaksananya program untuk lebih sadar akan kesehatan.

2. Bagi pelajar agar kiranya dapat memberikan masukan dan tambahan mengenai peningkatan perilaku hidup bersih dan sehat di SMA Negeri 1 Kotamobagu sehingga seluruh pihak dapat menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah dan dalam kehidupan sehari-hari.
3. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini agar dapat menambah wawasan untuk bisa dijadikan sebagai referensi dalam penelitian lebih lanjut tentang pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap perilaku hidup bersih dan sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiyanto M. 2016. *Efektifitas Pemanfaatan Media Leaflet dalam Meningkatkan Pengetahuan dan Keterampilan Mencuci Tangan dengan Sabun*. Malang.
- Kemendes RI 2018. Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta
- Koem. Z. A. R. 2015. *Hubungan Antara Pengetahuan dan Sikap dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Pelajar di SD Inpres Sukur Kecamatan airmadidi Kabupaten Minahasa Utara*. Skripsi. FKM-Unsrat.
- Notoatmodjo. S. 2010. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Rineka Cipta. Jakarta
- Pasiowan, I, W. Kalesaran, A.F.C., Joseph, W B. S. 2017. , *Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Kejadian Diare Pada Balita Di Paud Matuari Kembes Kecamatan Tombulu Kabupaten Minahasa*. Fakultas Kesehatan Masyarakat.
- Sewa, R., Engkeng, S., Boky, H. 2019. *Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap dengan Tindakan Pencegahan Stunting oleh Kader Posyandu di Wilayah Kerja Puskesmas Bailang Kota Manado*. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Vol 8. No 4. 80-85
- Waryana. 2016. *Promosi Kesehatan, Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat*. Yogyakarta : Nuha Medika.