
GAMBARAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS) DALAM PENCEGAHAN DIARE PADA SISWA DI SDN 52 KURANJI TAHUN 2026

Elva Sonia¹ Nova Rita²

¹Progran studi D3 Keperawatan, Politeknik 'Aisyiyah Sumatera Barat
email: elvasonia661@gmail.com

²Progran studi D3 Keperawatan, Politeknik 'Aisyiyah Sumatera Barat
novarita.nr62@gmail.com

Abstract

Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) is a crucial effort to prevent diarrhea in school-aged children. Diarrhea remains a common health problem and is related to personal and environmental hygiene. Low levels of PHBS implementation, such as not washing hands with soap, indiscriminate snacking, improper waste disposal, and the use of unclean latrines, can increase the risk of diarrhea. This study aimed to determine the impact of Clean and Healthy Living Behavior (PHBS) on diarrhea prevention among students at SDN 52 Kuranji in 2026. This study used quantitative methods with a descriptive design and a cross-sectional approach. The study population consisted of 128 students in grades IV, V, and VI. A sample of 56 respondents was obtained using a stratified random sampling technique. Data collection was conducted using a questionnaire and analyzed univariately. The results showed that the majority of respondents (29 students) had good PHBS practices, while 27 (48.2%) were in the poor category. The majority of respondents were aged 10 and 11. These results indicate that more than half of the students had implemented PHBS practices effectively to prevent diarrhea. It can be concluded that the majority of students at SDN 52 Kuranji have good PHBS practices to prevent diarrhea. However, PHBS education and habits still need to be improved to foster sustainable healthy behaviors and support a healthy school environment.

Keywords: PHBS, Diarrhea, Elementary School Students.

Abstrak

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) merupakan salah satu upaya penting dalam pencegahan diare pada anak usia sekolah. Diare masih menjadi masalah kesehatan yang sering terjadi dan berkaitan dengan kebersihan diri serta lingkungan. Rendahnya penerapan PHBS, seperti tidak mencuci tangan dengan sabun, jajan sembarangan, membuang sampah tidak pada tempatnya, dan penggunaan jamban yang kurang bersih dapat meningkatkan risiko terjadinya diare. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam pencegahan diare pada siswa di SDN 52 Kuranji Tahun 2026. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif dan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian berjumlah 128 siswa kelas IV, V, dan VI. Sampel sebanyak 56 responden diperoleh menggunakan teknik stratified random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan dianalisis secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki PHBS kategori baik sebanyak 29 orang (51,8%), sedangkan kategori kurang baik sebanyak 27 orang (48,2%). Mayoritas responden berusia 10 dan 11 tahun. Hasil tersebut menunjukkan bahwa lebih dari separuh siswa telah menerapkan PHBS dengan baik dalam upaya pencegahan diare. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar siswa di SDN 52 Kuranji memiliki PHBS yang baik dalam pencegahan diare. Namun, edukasi dan pembiasaan PHBS tetap perlu ditingkatkan untuk membentuk perilaku sehat yang berkelanjutan serta mendukung terciptanya lingkungan sekolah yang sehat.

Kata Kunci: PHBS, diare, siswa sekolah dasar.

1. PENDAHULUAN

Derajat kesehatan adalah salah satu unsur penting dalam meningkatkan Indeks Pembangunan Manusia (IPM) bangsa Indonesia. Dalam mewujudkan derajat kesehatan tidak hanya ditentukan oleh pelayanan kesehatan, tetapi lebih dominan dipengaruhi oleh kondisi lingkungan dan perilaku masyarakat. Upaya untuk mengubah pola perilaku masyarakat yang akan mendukung dalam perbaikan derajat kesehatan masyarakat melalui program PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat) (Menkes RI, 2011).

Beberapa masalah kesehatan yang diakibatkan oleh PHBS yang buruk adalah diare, hepatitis, bahkan keracunan makanan akibat tidak melakukan salah satu indikator PHBS yaitu mencuci tangan. Menurut WHO, sebanyak 100.000 anak Indonesia setiap tahunnya meninggal karena diare. Tingginya angka kematian tersebut salah satunya diakibatkan oleh siswa yang tidak dibiasakan mencuci tangan, hal ini menunjukkan sebagian siswa belum terbiasa melaksanakan cuci tangan (Kody & Landi, 2016). Angka kejadian diare juga semakin meningkat disebabkan karena sanitasi buruk ataupun fasilitas kebersihan yang kurang.

Berdasarkan data UNICEF (2023), menyatakan bahwa PHBS yang buruk seperti kebersihan tangan yang tidak baik menyebabkan sekitar 394.000 kasus kematian akibat diare secara global. Berdasarkan laporan Survei Kesehatan Indonesia oleh Kemenkes (BKPK, 2023) diketahui bahwa, penyakit yang menyerang anak usia sekolah dasar (6-12 tahun) meliputi diare (3,7%), kecacingan (2,5%-6%), dan demam berdarah (0,80%), yang sebagian besar berkaitan dengan PHBS. Di antara penyakit tersebut, penyakit kecacingan paling banyak dialami oleh siswa SD.

Perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan sekolah adalah perilaku yang dilakukan oleh peserta didik, guru dan masyarakat yang berada pada lingkungan sekolah atas dasar kesadaran dari pembelajaran sehingga mampu secara mandiri mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya serta aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. Berbagai penyakit yang paling sering menyerang anak sekolah, ternyata berkaitan dengan PHBS. Oleh karena itu, pemahaman nilai-nilai PHBS di sekolah adalah kebutuhan

mutlak dan dilakukan dengan pendekatan usaha kesehatan sekolah (Supriyatno et al., 2021).

Menurut profil kesehatan kota Padang, target penemuan kasus diare di Kota Padang ditetapkan sebanyak 25.763 kasus semua umur dari total populasi 954.177 jiwa. Sementara itu, total kasus diare yang ditangani di semua kelompok umur mencapai 7.413 kasus. Jumlah kasus diare tertinggi berada di wilayah Puskesmas Belimbing sebanyak 1.955 kasus (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2024). Kasus diare tertinggi di wilayah kerja Puskesmas Belimbing terdapat di Kelurahan Kuranji, di mana SDN 52 Kuranji termasuk ke dalam wilayah tersebut. Tingginya kasus diduga kuat berhubungan dengan kondisi lingkungan yang padat serta minimnya akses jamban yang sehat dan pengelolaan sampah yang kurang memadai. Berdasarkan observasi awal peneliti pada November 2025 di SDN 52 Kuranji, masih ditemukan siswa jajan sembarangan, membuang sampah sembarangan, serta kondisi toilet yang kurang bersih. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Gambaran Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Diare pada Siswa di SDN 52 Kuranji Tahun 2026.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain deskriptif observasional menggunakan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilakukan di SDN 52 Kuranji yang beralamat di Jalan Manggis XIV, Perumnas Belimbing, Kelurahan Kuranji, Kecamatan Kuranji, Kota Padang, Sumatera Barat. Waktu pelaksanaan pengumpulan data primer dilakukan pada tanggal 23 April hingga 28 April 2026.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa-siswi kelas IV, V, dan VI di SDN 52 Kuranji yang berjumlah 128 orang. Penentuan ukuran sampel dilakukan menggunakan rumus Slovin dengan margin of error sebesar 10% (0,1), sehingga diperoleh jumlah sampel minimal sebanyak 56 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan stratified random sampling untuk memisahkan sampel berdasarkan tingkatan kelas (Kelas IVA, IVB, V, VIA, VIB), kemudian responden dipilih secara acak berdasarkan nomor absensi.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner terstruktur yang

mencakup 15 item pernyataan perilaku (10 item positif dan 5 item negatif) berdasarkan indikator PHBS di sekolah menurut Kementerian Kesehatan RI. Skala pengukuran yang digunakan adalah skala Likert dengan pilihan jawaban Selalu, Sering, Kadang-kadang, Jarang, dan Tidak Pernah. Data dianalisis secara univariat menggunakan statistik deskriptif untuk menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase dari variable kategori PHBS (Baik jika skor $\geq 60,89$ dan Kurang Baik jika skor $< 60,89$).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Perhitungan hasil quesioner yang didapatkan dari 56 orang siswa SD memperlihatkan bahwa, 51,8% dari total sampel sudah memiliki perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan kategori Baik dan 48,2% dengan kategori Kurang Baik. Data jumlah perhitungan dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Pencegahan Diare pada Siswa di SDN 52 Kuranji Tahun 2026.

Perilaku	<i>f</i>	(%)
Kurang Baik	27	48,2
Baik	29	51,8
Total	56	100

Perilaku PHBS siswa dengan kategori Baik dihitung dari 15 item pernyataan yang diberikan dalam questioner. Nilai pernyataan yang paling tinggi yaitu siswa yang selalu mencuci tangan sebelum dan sesudah makan (94,2%), selalu membuang air kecil\besar di jamban yang bersih (93,5%) dan selalu menyiram jamban\wc dengan bersih setelah menggunakannya (93,2%).

Tingginya nilai item pernyataan yang didapatkan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Edukasi yang diberikan baik dari pihak sekolah terutama guru dan juga dari orang tua dan lingkungan di rumah siswa, dinilai sangat mempengaruhi PHBS siswa. Di samping itu, ketersediaan sarana dan fasilitas kebersihan yang ada di sekolah serta jalannya pelaksanaan program UKS di sekolah juga memberikan kontribusi nyata terhadap PHBS siswa. Sesuai dengan pernyataan Hidayat (2020) yang menyatakan bahwa pelaksanaan UKS merupakan ujung tombak pemberdayaan

lingkungan sekolah agar derajat kesehatan dan pembentukan PHBS peserta didik dapat ditingkatkan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016) telah menyatakan bahwa PHBS merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan atas dasar kesadaran sehingga individu dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan serta berperan aktif dalam menciptakan lingkungan yang sehat. Penerapan PHBS yang baik dapat membantu menurunkan risiko terjadinya penyakit menular termasuk diare, oleh karena itu penerapan PHBS sejak usia sekolah penting dilakukan untuk membentuk kebiasaan hidup sehat serta mencegah terjadinya gangguan kesehatan pada anak.

Hasil penelitian ini sejalan dengan studi Hendarto dan Atzmardina (2023) serta Aperida (2022) yang menyatakan mayoritas anak usia sekolah dasar telah menerapkan praktik PHBS secara memadai karena didorong oleh ketersediaan fasilitas penunjang di sekolah seperti tempat cuci tangan, toilet, dan pembuangan sampah yang bersih. Peneliti berasumsi bahwa capaian perilaku baik ini dipengaruhi oleh tingkat kesadaran siswa, pembinaan dari guru, serta dukungan orang tua di rumah. Namun, temuan juga memperlihatkan masih ada 48,2% siswa berkategori kurang baik, salah satunya dalam memilih jajanan sehat (seperti konsumsi jajanan rebus). Hal ini menuntut adanya keberlanjutan program edukasi kesehatan demi menekan risiko diare secara total di lingkungan sekolah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar (51,8%) siswa di SDN 52 Kuranji sudah memiliki perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan kategori baik. Nilai ini dapat menjadi gambaran tentang upaya pencegahan penyakit diare yang sangat dipengaruhi oleh penerapan PHBS terutama oleh siswa SD.

5. REFERENSI

- Aperida (2022) „*Gambaran pelaksanaan phbs pada siswa di sd swasta puteri sion simpang selayang*”.
- Dinas Kesehatan Kota Padang. (2024). Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2024 Edisi

-
-
2025. Padang: Dinas Kesehatan Kota Padang.
- Hendarto RA, Atzmardina Z. (2023). *Pengetahuan, Sikap, Tindakan PHBS dengan Kejadian Diare pada Siswa/I SDN Duren Tiga 14. Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(2). DOI: <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i2.15336>
- Hidayat, K. (2020). *Peran Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) sebagai Proses Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Peserta Didik*. Universitas Negeri Padang
- Kemendes BKPK. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). *Pedoman Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Pedoman penyelenggaraan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kody, M. M., & Landi, M. (2016). Kebiasaan Mencuci Tangan dengan Kejadian Diare pada Anak Sekolah Dasar Negeri Kota Waingapu Kabupaten Sumba Timur. *Jurnal Kesehatan Primer (JKP)*, 1(1), 47-55.
- Supriyatno et al. (2021). *Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah untuk Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Masa Pandemi COVID-19*. Jakarta: Direktorat Sekolah Dasar Kemendikbudristek