GAMBARAN SARANA PRASARANA PENDUKUNG PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SEKOLAH DASAR

EDISON, HARINAL AFRI RESTA, INGE ANGELIA

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Syedza Sainatika
ambobana72@gmail.com, harinal1990@gmail.com, angeliakhairita01@gmail.com

Abstract: *This research aims to provide a comprehensive overview of the facilities and infrastructure that support clean and healthy living behaviors in the environment of Primary Schools in the city of Padang. Clean and healthy living behaviors play a crucial role in ensuring the health and well-being of students in schools. In this context, this study involves observations, interviews, and document analysis to identify the types of facilities and infrastructure present in Primary Schools in Padang, with a sample size of 11 schools, focusing on 8 indicators of Healthy and Clean Living Behaviors (PHBS) in accordance with the Minister of Health Regulation No. 2269/Menkes/PER/XI/2011 on PHBS Development Guidelines. The research findings indicate that several factors influence the formation of clean and healthy living behaviors in primary schools. Sanitation facilities, such as toilets and handwashing stations, play a primary role in shaping cleanliness habits. Additionally, the availability of spaces for physical activities and sports, as well as a clean environment, also encourage students to adopt a healthy lifestyle. However, challenges related to supporting facilities and infrastructure were also identified. Limited access to adequate sanitation facilities and the lack of facility maintenance pose obstacles to developing clean and healthy living behaviors among students. Therefore, efforts are needed to improve and maintain the facilities and infrastructure that support clean and healthy living behaviors in primary schools. In order to enhance the quality of health education in primary schools, this research contributes valuable information regarding the description of facilities and infrastructure that support clean and healthy living behaviors. It is hoped that the results of this study can serve as a guide for policy development and strategies to create a healthier school environment and support the holistic development of students in the city of Padang.*

Keywords: *Overview, School-Based Healthy Behavior (PHBS), Facilities and Infrastructure, Primary School, Students*

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran mendalam mengenai sarana dan prasarana yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Sekolah Dasar di Kota Padang. Perilaku hidup bersih dan sehat memiliki peranan penting dalam memastikan kesehatan dan kesejahteraan para siswa di sekolah. Dalam konteks ini, studi ini melibatkan observasi, wawancara, dan analisis dokumen untuk mengidentifikasi jenis sarana dan prasarana yang ada di sekolah Dasar di Kota Padang, dengan jumlah Sampel yaitu 11 Sekolah, dengan 8 Indikator PHBS di Sekolah menurut Permenkes No. 2269/Menkes/PER/XI/2011 tentang Pedoman Pembinaan PHBS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sejumlah faktor berperan dalam membentuk perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. Fasilitas sanitasi, seperti toilet dan tempat cuci tangan, memainkan peran utama dalam membentuk kebiasaan kebersihan. Selain itu, ketersediaan tempat untuk aktivitas fisik dan olahraga serta lingkungan yang bersih juga turut mendorong siswa untuk menjalankan gaya hidup sehat. Namun, ditemukan pula beberapa kendala terkait sarana dan prasarana pendukung. Keterbatasan akses terhadap fasilitas sanitasi yang memadai dan kurangnya pemeliharaan fasilitas menjadi hambatan dalam mengembangkan perilaku hidup bersih dan sehat di kalangan siswa. Oleh karena itu, perlu adanya upaya peningkatan dan pemeliharaan sarana dan prasarana yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. Dalam rangka meningkatkan kualitas pendidikan kesehatan di sekolah dasar, penelitian ini memberikan sumbangan informasi berharga mengenai gambaran sarana dan prasarana pendukung perilaku hidup bersih dan sehat. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi panduan bagi pengembangan kebijakan dan strategi untuk menciptakan lingkungan sekolah yang lebih sehat dan mendukung perkembangan siswa secara holistic di Kota Padang.

Kata Kunci: Gambaran, PHBS, Sarana Prasarana, Sekolah Dasar, Siswa.

A.Pendahuluan

Proses pembelajaran yang dilaksanakan di jenjang sekolah dasar tidak hanya semata untuk membentuk keterampilan berpikir peserta didik untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal, namun juga perlu untuk membentuk perilaku hidup bersih setiap peserta didik. Sehingga pengalaman belajar yang diterima peserta didik dapat membantu mereka untuk menjaga kebersihan tubuh dan kesehatan tubuhnya. Setiap peserta didik perlu memiliki pengetahuan tentang kesehatan tubuh yang diperoleh melalui pengalaman belajar. Sehingga setiap guru perlu merancang pembelajaran yang dapat membantu anak mengenal dan menguasai cara menjaga kesehatan tubuh itu. Demikian halnya di jenjang sekolah dasar yang menjadi tempat peserta didik untuk memperoleh pengalaman belajar yang membentuk perilakunya (Bukit et al., 2022). Perilaku merupakan suatu reaksi individu terhadap stimulus yang diterimanya sehingga sangat berpengaruh pada diri (Lake et al., 2017). Oleh karena itu, sekolah perlu memberikan stimulus yang tepat untuk membangun perilaku peserta didik. Adapun perilaku yang perlu ditumbuhkan dalam diri peserta didik adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).

Anak usia sekolah baik tingkat Pra Sekolah, Sekolah Dasar, dan Sekolah Menengah Pertama merupakan suatu masa usia anak yang sangat berbeda dengan usia dewasa. Pada periode usia ini, didapatkan banyak permasalahan kesehatan yang sangat menentukan kualitas anak dikemudian hari. Masalah kesehatan tersebut meliputi kesehatan umum, gangguan perkembangan, gangguan perilaku dan gangguan belajar. Permasalahan kesehatan tersebut pada umumnya akan menghambat pencapaian prestasi pada peserta didik disekolah. Sehingga, anak sekolah sebagai aset atau modal utama pembangunan dimasa depan sangat perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya (Dermawan, 2012).

Faktor yang mempengaruhi PHBS ini, contoh hanya yaitu kebiasaan dirumah, lingkungan sekolah, lingkungan masyarakat, serta guru yang memberikan contoh kurang baik kepada peserta didik. Perilaku pelaksanaan hidup bersih dan sehat ini merupakan gabungan dari perilaku yang diterapkan dengan menyadari diri sendiri yang di dapatkan dari hasil pembelajaran tersebut. Selain itu perilaku PHBS ini dapat memotivasi peserta didik untuk mewujudkan lingkungan kesehatan di sekolahnya. Ada beberapa manfaat di dalam penerapan PHBS ini yaitu jika anak dikenalkan perilaku hidup bersih sejak dini sehingga anak tersebut tentunya memiliki perilaku PHBS ini kapanpun dan dimanapun dia tentunya akan melaksanakan pola hidup bersih dan sehat, akan tetapi jika perilaku tidak sehat diterapkan lalu akan meningkatkan dampak yang tidak diinginkan yaitu dengan berkembangnya berbagai penyakit (Handayani et al., 2016).

PHBS merupakan faktor kedua terbesar setelah faktor lingkungan yang mempengaruhi kesehatan individu, kelompok, atau masyarakat (Yurisdian et al., 2023). Perilaku ini menyangkut pengetahuan akan pentingnya hygiene perorangan, sikap dalam menanggapi penyakit serta tindakan yang dilakukan dalam menghadapi suatu penyakit atau permasalahan kesehatan lainnya (Nototmodjo, 2010). Suryani dalam penelitiannya menemukan hasil bahwa terdapat pengaruh antara fasilitas dengan penerapan sikap menimbang berat dan tinggi badan (Sugeng & Suryani, 2019). Seperti diketahui, bahwa menimbang berat badan dan mengukur berat badan merupakan salah satu indikator dari PHBS (Lina, 2017). Berat dan tinggi badan siswa dipengaruhi oleh faktor makanan dan minuman yang dikonsumsi (Taryatman, 2016). Dalam satu hari, tubuh manusia membutuhkan gizi lengkap seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral. Siswa dilakukan penimbangan berat badan dan diukur tinggi badan setiap 6 bulan agar diketahui tingkat pertumbuhannya. Hasil penimbangan dan pengukuran dibandingkan dengan standar berat badan dan tinggi badan, sehingga dapat diketahui pertumbuhan siswa dalam rentang normal atau tidak normal. Tidak terlaksananya PHBS salah satunya dipengaruhi oleh guru yang tidak mengajarkan tentang kesehatan sehingga pelayanan kesehatan bagi siswa terbatas.

PHBS adalah perilaku yang dipraktikan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan diri (Wulaningsih et

al., 2021). Adapun indikator penerapan PHBS seperti yang diuraikan Departemen kesehatan Republik Indonesia di sekolah antara lain: mencuci tangan dengan air mengalir dan memakai sabun, mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah, menggunakan jamban yang bersih dan sehat, olahraga yang teratur dan terukur, memberantas jentik nyamuk, tidak merokok di sekolah, menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, dan membuang sampah pada tempatnya. Penerapan PHBS di sekolah dasar tidak terlepas dari peran guru sebagai pendidik dan fasilitator dalam pembelajaran. Tidak hanya itu sarana dan prasarana di sekolah juga berperan penting dalam menyediakan fasilitas bagi peserta didik untuk membentuk PHBS. Oleh karena itu, dibutuhkan kesadaran dalam diri setiap warga sekolah dan kerjasama dalam mewujudkan kesehatan di lingkungan sekolah.

Penerapan PHBS oleh peserta didik di sekolah merupakan salah satu bentuk perwujudan tujuan pendidikan nasional Indonesia seperti yang diuraikan pada Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional bahwa pendidikan Indonesia bertujuan untuk membentuk peserta didik yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. Dengan demikian jelas bahwa melalui proses pembelajaran, peserta didik dapat mewujudkan hidup yang sehat. Dipertegas lagi pada Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 pasal 79 ayat (1) Tentang Kesehatan menyatakan bahwa "Kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Dengan menjaga kesehatan tubuh sejak usia anak sekolah dapat membantu peserta didik terhindar dari penyakit (Maulana et al, 2022). Masalah kesehatan yang sering timbul pada usia anak sekolah yaitu gangguan perilaku, gangguan perkembangan fisiologis hingga gangguan dalam belajar dan juga masalah kesehatan umum.

Sarana atau fasilitas yang baik, diyakini berpengaruh positif bagi kebersihan dan kesehatan siswa. Ada berbagai masalah fasilitas kesehatan sarana prasarana yang kurang mendukung dalam penerapan hidup bersih dan sehat, seperti terdapat fasilitas jamban siswa dua ruangan, tetapi baunya tidak sedap sehingga kebersihannya tidak terjamin, tidak terdapat air mengalir yang digunakan dalam mencuci tangan sehingga berdampak pada kesehatan siswa yang sering terganggu dan menyebabkan ada siswa yang terkena penyakit seperti demam berdarah dan diare (Sugeng & Suryani, 2019).

B. Metodologi Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif untuk memberikan gambaran tentang sarana dan prasarana yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. Penelitian dilakukan di 11 sekolah dasar di Kota Padang. Sumber Data dari penelitian ini Data Primer: Data dikumpulkan melalui observasi langsung di lapangan, wawancara dengan staf sekolah dan siswa, serta dokumentasi fasilitas dan prasarana. Data Sekunder: Data juga diambil dari Peraturan Menteri Kesehatan dan literatur terkait PHBS dan lingkungan sekolah. Responden penelitian ini adalah Siswa dari berbagai sekolah dasar di Kota Padang menjadi responden dalam wawancara terkait perilaku hidup bersih dan sehat dan Guru dan staf sekolah memberikan informasi terkait fasilitas dan prasarana yang ada di sekolah. Teknik Pengumpulan Data, Observasi: Observasi dilakukan untuk mengamati secara langsung kondisi sarana dan prasarana di sekolah, termasuk fasilitas sanitasi dan tempat aktivitas fisik. Wawancara: Wawancara dilakukan dengan siswa dan staf sekolah untuk mendapatkan pemahaman lebih dalam mengenai perilaku hidup bersih dan sehat serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Dokumen seperti peraturan sekolah dan pedoman PHBS digunakan untuk mengidentifikasi kebijakan dan panduan terkait pendukung perilaku hidup bersih dan sehat. Analisis Data, Data kualitatif yang diperoleh dari wawancara dan observasi dianalisis secara tematik untuk mengidentifikasi pola perilaku hidup bersih dan sehat serta faktor-faktor yang memengaruhinya. Data dari analisis dokumen digunakan untuk melengkapi pemahaman tentang kondisi sarana dan prasarana sekolah.

C.Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan data bahwa strategi guru dalam penerapan perilaku hidup bersih dan sehat di SD Kota Padang dilakukan tidak setiap hari. Saat melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat guru melakukan praktik langsung dan seperti mencuci tangan dengan air bersih dan menggunakan sabun sebelum dan sesudah kegiatan makan, membuang sampah pada tempatnya, menutup mulut pada saat batuk dan bersin, membawa bekal makanan sehat dan bergizi.

Indikator PHBS, sebagai berikut : 1. Mencuci tangan dengan air mengalir yang bersih dan menggunakan sabun. 2. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah. 3. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat. 4. Olahraga yang teratur dan terukur. 5. Memberantas jentik nyamuk. 6. Tidak merokok di sekolah. 7. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap enam bulan. 8. Membuang sampah pada tempatnya (Fauziah et al., 2014). Untuk lebih jelasnya hasil penelitian dapat dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Indikator Mencuci tangan dengan Air Mengalir Yang Bersih Dan Menggunakan Sabun Pada Sekolah Dasar di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Sekolah memiliki sarana cuci tangan yang dapat digunakan siswa	8	72,73	3	27,27
2	Tersedia sabun yang dapat digunakan oleh siswa	2	18,18	9	81,82%

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa pada indikator mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun, didapatkan bahwa 72,73% telah tersedia sarana cuci tangan yang dapat digunakan siswa pada SD di Kota Padang, Namun ketersediaan sabun hanya 18,18% sekolah yang menyediakan sabun yang dapat digunakan oleh siswa. Mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun adalah tindakan sederhana namun sangat penting dalam menjaga kesehatan dan kebersihan diri. Praktik mencuci tangan yang baik merupakan langkah efektif untuk mencegah penyebaran penyakit, terutama infeksi yang disebabkan oleh kuman dan bakteri yang dapat menempel pada tangan kita sehari-hari. Dalam pembahasan ini, akan dibahas mengapa mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun sangat penting, langkah-langkah yang benar dalam mencuci tangan, serta dampak positifnya terhadap kesehatan dan masyarakat secara keseluruhan. Cuci tangan pakai sabun (CTPS) adalah salah satu tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari-jemari menggunakan air dan sabun sehingga menjadi bersih (Masyarakat, 2011).

Mencuci tangan memiliki peran yang krusial dalam pencegahan penyebaran penyakit. Tangan adalah bagian tubuh yang paling sering bersentuhan dengan lingkungan luar, sehingga kuman, virus, dan bakteri dapat dengan mudah menempel di permukaan kulit tangan. Saat tangan yang terkontaminasi ini menyentuh area seperti mulut, hidung, atau mata, mikroorganisme berbahaya dapat dengan cepat masuk ke tubuh dan menyebabkan infeksi. Cuci tangan pakai sabun adalah proses membuang kotoran dan debu secara mekanis dari kulit kedua belah tangan dengan memakai air dan sabun, cuci tangan pakai sabun merupakan cara yang sederhana, mudah, dan bermanfaat untuk mencegah berbagai penyakit penyebab kematian, yang dapat dicegah dengan cuci tangan yang benar, seperti penyakit Diare dan ISPA yang sering menjadi penyebab kematian anak-anak (Natsir, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian di SDN II Kota Karang Bandar Lampung dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Cuci Tangan Pakai Sabun di dapatkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara ketersediaan sarana dengan perilaku Cuci Tangan Pakai Sabun (p-value 0,039) (Murwaningsih, 2016). Mencuci tangan dengan air bersih yang mengalir dan memakai sabun adalah langkah sederhana namun sangat penting dalam menjaga kesehatan dan kebersihan. Praktik ini memiliki dampak besar dalam pencegahan penyebaran penyakit dan mempromosikan kesehatan masyarakat secara keseluruhan. Oleh karena itu, kita semua seharusnya mengadopsi kebiasaan mencuci tangan yang baik sebagai bagian integral dari

rutinitas harian kita. Berdasarkan hasil temuan, sekolah diharapkan dapat Menyediakan fasilitas cuci tangan yang memadai di sekolah termasuk dalam penyediaan sabun cuci tangan.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Indikator Mengkonsumsi Jajanan Sehat Di Kantin Sekolah Pada Sekolah Dasar Di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Sekolah memiliki kantin	10	90,91	1	9,09
2	Kantin sekolah menyediakan makanan tanpa pengawet dan selalu tertutup sehingga tidak dihinggapi lalat	4	36,36	7	64,64

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Pada indikator mengkonsumsi jajanan sehat dikantin sekolah, ditemukan bahwa 90,91% sekolah Dasar di Kota Padang sudah memiliki kantin sekolah. Sedangkan Kantin sekolah menyediakan makanan tanpa pengawet dan selalu tertutup sehingga tidak dihinggapi lalat hanya tersedia sebanyak 36,36%. Kantin sekolah adalah tempat di mana para siswa memperoleh makanan dan minuman selama jam istirahat. Karena itu, penting untuk memastikan bahwa makanan yang disajikan di kantin sekolah aman, sehat, dan bebas dari kontaminasi. Dua aspek utama yang perlu diperhatikan dalam konteks ini adalah penggunaan makanan tanpa pengawet dan menjaga makanan tetap tertutup untuk mencegah lalat masuk.

Pentingnya kantin sekolah menyediakan makanan tanpa pengawet dan selalu menjaga makanan tertutup tidak hanya berkaitan dengan kesehatan siswa, tetapi juga dengan pembentukan kebiasaan hidup sehat dan pencegahan risiko kesehatan. Dengan mengutamakan makanan segar dan praktik-praktik kebersihan, kantin sekolah dapat menciptakan lingkungan yang lebih aman dan mendukung perkembangan siswa secara menyeluruh. Konsumsi anak di sekolah berasal dari bekal yang dibawa dari rumah atau jajanan di sekitar sekolah atau kantin sekolah. Konsumsi jajanan di sekolah memberikan kontribusi terhadap asupan energi sebesar 22,9% dan protein sebesar 15,9%. Kontribusi makanan di sekolah (yang berada di kantin sekolah dan peaja makanan di sekitar sekolah), menjadi potensi untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi anak (Sulistyanto & Sulchan, 2010).

Kantin sekolah merupakan salah satu tempat untuk jajan anak sekolah. Tempat jajan anak sekolah lainnya adalah para penjaja makanan yang berada di sekitar sekolah. Ada kantin sekolah yang telah menyediakan makanan sehat dan bergizi, tetapi ada juga yang belum. Seperti yang terlihat pada hasil penelitian bahwa hanya 36,36% Sekolah yang memiliki Kantin Sekolah yang menyediakan makanan tanpa pengawet dan selalu tertutup sehingga tidak dihinggapi lalat.

Pembiasaan perilaku mengkonsumsi makanan jajanan sehat pada masa anak-anak dapat membantu mencegah terjadinya masalah kesehatan anak saat dewasa, dan juga dapat menurunkan risiko terjadinya obesitas dan penyakit kronis lain seperti diabetes. Perilaku mengkonsumsi makanan juga sangat dipengaruhi oleh pendidikan gizi serta pengetahuan dan sikap terhadap makanan siswa. Perilaku konsumsi makanan seperti halnya perilaku lainnya pada diri siswa, satu keluarga atau masyarakat dipengaruhi oleh wawasan dan cara pandang, serta faktor lain yang berhubungan dengan tindakan yang tepat (Ayu Lestari, 2021). Berdasarkan permasalahan tersebut maka sekolah perlu untuk Melatih staf kantin tentang pentingnya makanan tanpa pengawet dan kebersihan makanan sangat penting. Mereka perlu memahami bagaimana memilih, menyimpan, dan menyajikan makanan dengan benar agar tetap segar dan aman untuk dikonsumsi. Serta perlu Kerjasama dengan tim kebersihan sekolah dapat membantu memastikan lingkungan yang bersih dan terjaga. Tim ini dapat membantu dalam pengendalian hama dan menjaga kebersihan area kantin secara umum.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Indikator Menggunakan Jamban Yang Bersih Dan Sehat Pada Sekolah Dasar di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Sekolah memiliki jamban sesuai dengan ratio jumlah siswa	6	54,55	5	45,45

2	Jamban sekolah terpelihara (bersih dan tidak berbau)	3	27,27	8	72,73
---	--	---	-------	---	-------

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Pada indikator Jamban bersih dan sehat ditemukan bahwa Sekolah memiliki jamban sesuai dengan ratio jumlah siswa sebanyak 54,55%. Dan Jamban sekolah terpelihara (bersih dan tidak berbau) hanya 27,27%. Sarana sanitasi yang layak, terutama jamban yang bersih dan sehat, memiliki peran penting dalam lingkungan sekolah. Kehadiran fasilitas sanitasi yang memadai tidak hanya berdampak pada kesehatan siswa dan staf sekolah, tetapi juga berkontribusi terhadap aspek pendidikan, kesejahteraan, dan lingkungan yang positif. Jamban yang bersih dan sehat adalah bagian integral dari lingkungan belajar yang aman, inklusif, dan produktif. Investasi dalam fasilitas sanitasi yang memadai tidak hanya memberikan manfaat kesehatan jangka pendek, tetapi juga berdampak pada perkembangan jangka panjang siswa dan masyarakat secara keseluruhan (Indah et al., 2018; Santi & Bahij, 2018). Membiasakan hidup sehat di lingkungan sekolah mencakup beberapa hal, yaitu penyediaan air bersih, harus ada tempat pembuangan sampah dan pengelolaannya serta tersedianya pembuangan kotoran manusia atau WC di lingkungan sekolah yang memadai, dan ini semua merupakan fasilitas sanitasi lingkungan khususnya lingkungan sekolah. Dijelaskan bahwa beberapa hal yang mempengaruhi kesehatan lingkungan sekolah adalah sanitasi yang terdiri dari penyediaan air bersih, pengelolaan sampah, dan tersedianya pembuangan kotoran manusia (WC) yang memadai.

Menurut Permen 24 (2007: 14) tentang SNP Sarana Prasarana menjelaskan: “Standar jamban SD/MI sebagai berikut: 1) Jamban berfungsi sebagai tempat buang air besar dan/atau kecil; 2) Minimum terdapat 1 unit jamban untuk setiap 60 peserta didik pria, 1 unit jamban untuk setiap 50 peserta didik wanita, dan 1 unit jamban untuk guru. Jumlah minimum jamban setiap sekolah/madrasah 3 unit; Luas minimum 1 unit jamban 2 meter persegi; Jamban harus ber dinding, beratap, dapat dikunci, dan mudah dibersihkan; Tersedia air bersih di setiap unit jamban. Untuk mendukung kegiatan PHBS, di sekolah haruslah tersedia jamban yang memenuhi syarat kesehatan serta memiliki sarana alat pembersih. Jamban yang bersih dan tidak berbau selain menunjukkan kebersihan juga membuat angka penularan bakteri dan kuman penyebab penyakit menjadi berkurang. Sekolah diharapkan menyediakan jamban yang memenuhi syarat kesehatan dalam jumlah yang cukup untuk seluruh peserta didik serta terpisah antara peserta didik laki-laki dan perempuan. Dengan menjaga kebersihan jamban merupakan bagian dari nilai karakter karakter hidup sehat.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Indikator Olahraga Yang Teratur Dan Terukur Pada Sekolah Dasar di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Memiliki Jadwal pelajaran olahraga setiap minggu	11	100%	0	0

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Pada indikator olahraga yang teratur dan terukur, karena kurikulum sekolah ada mata pelajaran Olahraga, sehingga untuk indikator olahraga yang teratur dan terukur didapatkan 100%. Olahraga yang teratur dan terukur memiliki peran penting dalam pendidikan di sekolah. Selain memberikan dampak positif pada kesehatan fisik, olahraga juga berkontribusi pada perkembangan sosial, emosional, dan kognitif siswa. Dengan memberikan kesempatan bagi siswa untuk terlibat dalam olahraga yang teratur dan terukur, sekolah berkontribusi pada perkembangan holistik siswa. Aktivitas fisik yang seimbang dan terstruktur memiliki efek positif jangka panjang terhadap kesehatan dan kesejahteraan siswa, serta membentuk dasar bagi gaya hidup sehat di masa depan.

Olahraga adalah aktifitas fisik maupun psikis yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan. Berolahraga selain membuat badan bugar dan sehat juga dapat membuat sistem kekebalan tubuh terhadap bakteri dan virus penyebab penyakit meningkat, sehingga dengan berolahraga diharapkan dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan bagi pelakunya. Berolahraga hendaknya teratur dengan jadwal yang telah terukur

sesuai dengan kemampuan pelakunya.dengan berolahraga secara teratur tubuh akan terbiasa dengan kegiatan tersebut sehingga tidak terjadi kekakuan otot. Peserta didik, guru, dan masyarakat sekolah lainnya melakukan olahraga/aktivitas fisik secara teratur minimal tiga kali seminggu selang sehari. Olahraga dapat dilakukan di halaman secara bersama-sama, di ruangan olahraga khusus (bila tersedia), dan juga di ruangan kerja bagi guru/ karyawan sekolah berupa senam ringan dikala istirahat sejenak dari kesibukan kerja. Sekolah diharapkan membuat jadwal teratur untuk berolahraga bersama serta menyediakan alat/sarana untuk berolahraga. Untuk menunjang kegiatan PHBS di sekolah, hendaknya terdapat jadwal rutin olahraga bagi para peserta didik dilengkapi dengan sarana peralatan olahraga yang mendukung serta perlu adanya penyuluhan PHBS di sekolah dan di dalam materi pelajaran olahraga. Dengan berolahraga yang teratur dan terukur dapat menerapkan nilai karakter disiplin (Taryatman, 2016).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Indikator Memberantas Jentik Nyamuk Pada Sekolah Dasar di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Ada alat pembersih penampungan air	2	18,18	9	81,82%

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Sedangkan pada indikator memberantas jentik nyamuk, sekolah yang memiliki alat pembersih penampungan air hanya 18,18%. Alat pembersih penampungan air di sekolah memiliki peran krusial dalam menjaga kualitas air yang digunakan oleh siswa dan staf. Kualitas air yang baik sangat penting untuk kesehatan dan kenyamanan lingkungan sekolah. Dengan adanya alat pembersih penampungan air di sekolah, pendidikan dan kesehatan dapat ditingkatkan. Ini juga memastikan bahwa lingkungan sekolah tetap bersih, aman, dan mendukung pertumbuhan holistik siswa. Upaya untuk memberantas jentik di lingkungan sekolah yang dibuktikan dengan tidak ditemukan jentik nyamuk pada: tempat-tempat penampungan air, bak mandi, gentong air, vas bunga, pot bunga/alas pot bunga, wadah pembuangan air dispenser, wadah pembuangan air kulkas, dan barang-barang bekas/tempat yang bisa menampung air yang ada di sekolah.

Memberantas jentik di lingkungan sekolah dilakukan dengan pemberantasan sarang nyamuk (PSN) melalui kegiatan: menguras dan menutup tempat-tempat penampungan air, mengubur barang-barang bekas, dan menghindari gigitan nyamuk. Dengan lingkungan bebas jentik diharapkan dapat mencegah terkena penyakit akibat gigitan nyamuk seperti demam berdarah, cikungunya, malaria, dan kaki gajah. Sekolah diharapkan dapat membuat pengaturan untuk melaksanakan PSN minimal satu minggu sekali. Nilai karakter yang dapat dikembangkan melalui indikator ini adalah hidup sehat (Taryatman, 2016).

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Indikator Tidak Merokok di Sekolah Pada Sekolah Dasar di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Tidak ada siswa dan guru merokok dilingkungan sekolah setiap hari	8	72,73	3	27,27

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Pada indikator tidak merokok disekolah ditemukan bahwa 27,27% ada siswa dan guru merokok dilingkungan sekolah setiap hari. Larangan merokok di sekolah memiliki dampak positif yang signifikan terhadap kesehatan, lingkungan belajar, dan pembentukan perilaku sehat pada generasi muda. Berikut adalah beberapa poin tentang pentingnya larangan merokok di sekolah. Melarang merokok di sekolah adalah langkah yang penting dalam membentuk lingkungan yang sehat, aman, dan mendukung perkembangan positif siswa. Kebijakan ini tidak hanya melindungi kesehatan individu, tetapi juga berkontribusi pada pembentukan generasi muda yang lebih sadar akan dampak kesehatan dan mengambil keputusan yang bijaksana.

Merokok merupakan kegiatan menghisap asap rokok kedalam tubuh dan menghembuskannya ke udara. Rokok adalah benda yang berbentuk silinder dari kertas dan

memiliki ukuran panjang antara 70 hingga 120 mm dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi daun tembakau yang telah dipotong kasar. Rokok dibakar pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya dapat dihisap oleh mulut melalui ujung lainnya. Peserta didik, guru, dan masyarakat sekolah tidak merokok di lingkungan sekolah (Hiola et al., 2021).

Merokok berbahaya bagi kesehatan perokok dan orang yang berada di sekitar perokok. Dalam satu batang rokok yang diisap akan dikeluarkan 4000 bahan kimia berbahaya diantaranya; a) Karbon monoksida (CO) zat yang sering ditemukan pada asap kendaraan bermotor ini mampu mengikatkan dirinya pada hemoglobin dalam darah secara permanen sehingga menghalangi penyediaan oksigen ke tubuh. Hal tersebut dapat membuat Anda cepat lelah. b) Tar, ketika merokok kandungan tar di dalam rokok akan ikut terhisap. Zat ini akan mengendap di paru dan berdampak negatif pada kinerja rambut kecil yang melapisi paru. Padahal rambut tersebut memiliki fungsi untuk membersihkan kuman dan hal lainnya keluar dari paru. c) Nikotin, menyebabkan ketagihan dan kerusakan jantung serta pembuluh darah. Untuk mendukung kegiatan PHBS di sekolah, tidak ada rokok, asbak dan abu serta puntung rokok di lingkungan sekolah. Sekolah diharapkan membuat peraturan dilarang merokok di lingkungan sekolah. Peserta didik/guru/masyarakat sekolah bisa saling mengawasi diantara mereka untuk tidak merokok di lingkungan sekolah dan diharapkan mengembangkan kawasan tanpa rokok/kawasan bebas asap rokok. Dengan adanya peraturan dan sanksi merupakan indikator yang harus dicapai dalam rangka mensukseskan kegiatan ber-PHBS. Nilai karakter yang dapat diterapkan melalui indikator ini adalah nilai karakter hidup sehat (Komasari & Helmi, 2011). Sekolah diharapkan membuat kebijakan tentang larangan merokok disekolah dengan melibatkan semua pihak terkait, termasuk guru, siswa, staf, dan orangtua, dalam pembuatan kebijakan sangat penting. Konsultasi ini dapat membantu memahami perspektif dan kepentingan semua pihak, sehingga kebijakan yang dihasilkan lebih komprehensif dan diterima oleh semua pihak.

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Indikator Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan Pada Sekolah Dasar di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Ada alat penimbang badan dan pengukur tinggi	9	81,82%	2	18,18

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Pada indikator Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan, ditemukan sekolah yang memiliki alat penimbang badan dan pengukur tinggi sebanyak 81,82%. Berat badan adalah ukuran tubuh dalam sisi beratnya yang ditimbang dalam keadaan berpakaian minimal tanpa perlengkapan apapun. Tinggi badan adalah ukuran tubuh dalam sisi tingginya yang diukur dalam keadaan berpakaian minimal tanpa perlengkapan apapun. Pertumbuhan dan perkembangan anak di usia sekolah sangatlah pesat, sehingga diperlukan pencatatan pertumbuhan dan perkembangan tubuh secara rutin. Beberapa hal yang mempengaruhi berat badan dan tinggi badan diantaranya adalah makanan dan minuman.

Dalam sehari tubuh manusia membutuhkan gizi lengkap seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin dan mineral. Peserta didik ditimbang berat badan dan diukur tinggi badan setiap 6 bulan agar diketahui tingkat pertumbuhannya. Hasil penimbangan dan pengukuran dibandingkan dengan standar berat badan dan tinggi badan sehingga diketahui apakah pertumbuhan peserta didik normal atau tidak normal. Untuk mendukung kegiatan PHBS, di sekolah hendaknya terdapat jadwal menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan serta sekolah harus memiliki sarana untuk menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan. Dengan menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara rutin nilai karakter yang dapat dikembangkan adalah disiplin.

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Indikator Membuang Sampah Pada Tempatnya Pada Sekolah Dasar Di Kota Padang

No	Indikator	Tersedia		Tidak Tersedia	
		F	%	F	%
1	Semua kelas memiliki tempat penampungan	6	54,55	5	45,45

	sampah sementara (Bak Sampah)				
--	-------------------------------	--	--	--	--

Sumber: Hasil data Penelitian Tahun 2023

Pada indikator membuang sampah pada tempatnya, ditemukan Semua kelas memiliki tempat penampungan sampah sementara (Bak Sampah) sebanyak 54,55%. Sampah merupakan material sisa yang tidak diinginkan setelah berakhirnya suatu proses. Sampah merupakan media menumpuknya bakteri dan virus penyebab penyakit. Peserta didik/guru/masyarakat sekolah membuang sampah ke tempat sampah yang tersedia. Sekolah sebaiknya menyediakan tempat sampah yang terpilah antara sampah organik, non-organik, dan sampah bahan berbahaya. Sampah selain kotor dan tidak sedap dipandang juga mengandung berbagai kuman penyakit. Membiasakan membuang sampah pada tempat sampah yang tersedia akan sangat membantu peserta didik/guru/masyarakat sekolah terhindar dari berbagai kuman penyakit. Membuang sampah pada tempatnya merupakan perbuatan baik yang positif yang harus dijadikan sebagai suatu kebiasaan sehari-hari agar dapat menjadi teladan bagi orang lain. Dengan membuang sampah pada tempatnya nilai karakter yang dapat dikembangkan adalah nilai karakter cinta lingkungan dan disiplin (Annisa et al., 2022). Untuk menghasilkan perilaku yang baik perlu adanya fasilitas dan sarana kesehatan yang mendukung. Ada tidaknya fasilitas atau sarana kesehatan dapat dipengaruhi dengan adanya : 1) Perencanaan, karena dengan perencanaan yang baik dan matang, dapat mendukung dalam perencanaan dalam pengadaan fasilitas dengan lengkap, sehingga dapat melakukan pengelolaan sampah dengan baik; 2) Dana, dengan adanya dana yang dapat memberikan fasilitas dan sarana yang lengkap dan sesuai rencana yang telah dibuat; 3) Pengadaan, dengan adanya rencana dan dana lalu diwujudkan dengan pengadaan fasilitas dan sarana pengelolaan sampah. Apabila tidak diwujudkan maka fasilitas dan sarana tersebut tidak akan ada.

D. Penutup

Dalam analisis ini, telah terungkap gambaran yang mendalam mengenai peran penting sarana dan prasarana dalam mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di lingkungan Sekolah Dasar di Kota Padang. Hasil penelitian menyoroti pentingnya fasilitas sanitasi yang memadai, seperti toilet dan tempat cuci tangan, dalam membentuk kebiasaan bersih. Selain itu, ketersediaan area untuk aktivitas fisik dan olahraga serta lingkungan yang bersih juga turut mendorong siswa untuk menjalankan gaya hidup sehat. Hasil analisis ini memberikan kontribusi penting terhadap pemahaman kita tentang bagaimana lingkungan sekolah dapat membentuk perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa. Implikasi dari temuan ini mencakup peluang untuk merancang program intervensi yang lebih baik, meningkatkan pemeliharaan fasilitas, serta mengembangkan pendekatan yang lebih holistik dalam pendidikan kesehatan di sekolah dasar. Diharapkan bahwa hasil analisis ini akan mendorong pihak terkait untuk lebih memperhatikan dan berinvestasi dalam pengembangan sarana dan prasarana yang mendukung perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dasar. Semua upaya ini akan berkontribusi pada penciptaan lingkungan sekolah yang sehat, aman, dan mendukung perkembangan optimal siswa, serta berpotensi membawa dampak positif pada masyarakat secara keseluruhan.

Daftar Pustaka

- Annisa, A. F., Ahrajanur, N., Irmawati, & Amin, N. (2022). Pengadaan Tempat Sampah Untuk Lingkungan Sekolah Sehat Mahasiswa KKN-PPL Terpadu angkatan XXI UNM di Pondok Madrasah Al-Wasilah Lemo Desa Kuajang Kecamatan Binuang Kabupaten Polewali Mandar. *Jurnal Lepa-Lepa Open*, 2(3).
- Ayu Lestari. (2021). Hubungan Perilaku Mengonsumsi Makanan Jajanan Kantin Sekolah dengan Status Gizi Siswa SD Inpres Moutong Tengah. *Promotif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 11(1), 87–94. <https://doi.org/10.56338/pjkm.v11i1.1657>
- Bukit, S., Hutagalung, S. L., & Sarbaini, W. (2022). Analisis Pemberdayaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Sekolah Dasar. *Journal of Community Development (JCD)*, 01(01), 11–17. <https://journal.nabest.id/index.php/jcd/index>
- Dermawan, D. (2012). *Proses Keperawatan Penerapan Konsep & Kerangka Kerja* (1st ed.). Yogyakarta: Gosyen Publishing.

- Fauziah, A. A., Nikmawati, E. E., & Patriasih, R. (2014). Studi tentang perilaku hidup bersih dan sehat pada siswa sdn sukarasa 3. *Jurnal Media Pendidikan, Gizi, Dan Kuliner*, 3(1), 31–37.
- Handayani, R., Novaryatiin, S., & Ardhany, S. D. (2016). Sosialisasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak-Anak. *Jurnal Surya Medika*, 2(1), 8–13.
- Hiola, T. T., Ali, I. H., Mahdang, P. A., & Mustafa, Y. (2021). Peningkatan Gerakan Berhenti Merokok untuk Mendukung Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). *Jurnal ABDINUS : Jurnal Pengabdian Nusantara*, 4(2), 375–385. <https://doi.org/10.29407/ja.v4i2.15407>
- Indah, M. F., Asrinawaty, A., & Nopeana, N. A. (2018). Analisis Kepemilikan Jamban Sehat pada masyarakat tepi sungai Di Kota Banjarmasin (Studi Di RT 01 Kelurahan Alalak Utara). *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 101. <https://doi.org/10.31602/ann.v5i2.1669>
- Komasari, D., & Helmi, A. F. (2011). Faktor Faktor Penyebab Merokok Pada Remaja. *Jurnal Psikologi*, 27(1), 37–47.
- Lake, W. R. R., Hadi, S., & Sutriningsih, A. (2017). Hubungan komponen perilaku (pengetahuan, sikap, tindakan) merokok pada mahasiswa. *Nursing News*, 2(3), 843–856.
- Lina, H. P. (2017). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Siswa Di Sdn 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal PROMKES*, 4(1), 92. <https://doi.org/10.20473/jpk.v4.i1.2016.92-103>
- Masyarakat, K. (2011). Nunun Nurhajati, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Masyarakat Desa Samir Dalam Meningkatkan Kesehatan Masyarakat 1. Nurhajati, 1–18.
- Maulana, Nova; Zis, D., & 2021. (2022). Jurnal Peduli Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 4(Desember), 603–608. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Murwaningsih, S. (2016). Penerapan Cuci Tangan Pakai Sabun di SDN II Kota Karang Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan*, 7(1), 148. <https://doi.org/10.26630/jk.v7i1.132>
- Natsir, M. F. (2018). Pengaruh penyuluhan CTPS terhadap peningkatan pengetahuan siswa SDN 169 bonto parang Kabupaten Jeneponto. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 1(2), 1–9. <http://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/article/view/5977>
- Notoatmodjo, S., 2014, *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Raharjo, A. S., & Indarjo, S. (2014). Hubungan antara Pengetahuan, Sikap, dan Ketersediaan Fasilitas di Sekolah dalam Penerapan PHBS Membuang Sampah pada Tempatnya. *Unnes Journal of Public Health*, 3(1), 1–10.
- Sugeng, B., & Suryani, A. W. (2019). Enhancing the learning performance of passive learners in a financial management class using problem-based learning. *Journal of University Teaching and Learning Practice*, 17(1). <https://doi.org/10.53761/1.17.1.5>
- Sulistiyanto, J., & Sulchan, M. (2010). Kontribusi Makanan Jajanan Terhadap Tingkat Kecukupan Energi dan Protein serta Status Gizi dalam Kaitannya dengan Prestasi Belajar Studi Kasus di SD H.Isriati dan SDN Bendungan Semarang. *Media Medika Muda*, 31–38.
- Taryatman. (2016). Untuk Membangun Generasi Muda Yang Berkarakter. *Taryatman*, 3(1), 6. <https://media.neliti.com/media/publications/259042-budaya-hidup-bersih-dan-sehat-di-sekolah-e30972f8.pdf>
- Wulaningsih, T., Sihite, E. B. R., Utami, I. S., & Nabila, S. (2021). Proses Pembelajaran Daring Selama Pandemi Covid -19 the Online Learning Process Durn the Covid- 19 Pandemic. Peningkatan Kompetensi Mahasiswa Melalui Program Vokasi Untuk Memenuhi Kebutuhan Dunia Industri.
- Yurisdian, T. D., Redjeki, E. S., Rachmawati, W. C., & Gayatri, R. W. (2023). Gambaran Pengetahuan, Sikap dan Sarana Prasarana Kesehatan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Panti Asuhan Muhammadiyah Malang Selama Covid-19. *Sport Science and Health*, 5(1), 26–34. <https://doi.org/10.17977/um062v5i12023p26-34>