

The Effect of Counseling on Clean and Healthy Behavior (PHBS) in Increasing Knowledge, Attitudes and Actions for Students of SMA Negeri 1 Simpangempat, Karo Regency in 2022

Susanti Br Perangin-Angin
Poltekkes Kemenkes Medan

Corresponding Author: Susanti br Perangin-Angin susanti16873@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: PHBS at School,
Before and After Counseling

Received : 7 February

Revised : 22 February

Accepted: 22 March

©2023 Perangin-Angin: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

Health is the most important role in human life. The purpose of this study is to influence counseling about PHBS. This research method is pre-experimental with one group pretest posttest design. The population is all students in class 1 A totaling 34 students and the total sample is total sampling. The results of the study showed that knowledge and attitudes were good as many as 34 people (100%) and less action before action, namely as many as 28 people (82%) and after counseling the action was lacking to 21 people (62%). There is an influence of counseling on action with the T-test formula with the result that the value of tcount is greater than ttable (6.068 > 1.69236)

Pengaruh Penyuluhan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan pada Siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo Tahun 2022

Susanti br Perangin-Angin

Poltekkes Kemenkes Medan

Corresponding Author: Susanti br Perangin-Angin susanti16873@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata kunci: PHBS di Sekolah, Sebelum dan Sesudah Konseling

Received : 7 February

Revised : 22 February

Accepted: 22 March

©2023 Perangin-Angin: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Kesehatan merupakan peran terpenting dalam kehidupan manusia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempengaruhi penyuluhan tentang PHBS. Metode penelitian ini adalah pre-experimental dengan one group pretest posttest design. Populasinya adalah seluruh siswa kelas 1 A yang berjumlah 34 siswa dan jumlah sampelnya adalah total sampling. Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan dan sikap baik sebanyak 34 orang (100%) dan tindakan sebelum tindakan kurang yaitu sebanyak 28 orang (82%) dan setelah penyuluhan tindakan kurang menjadi 21 orang (62%). Terdapat pengaruh konseling terhadap tindakan dengan rumus uji-t dengan hasil nilai thitung lebih besar dari ttabel ($6,068 > 1,69236$)

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kesehatan merupakan peran terpenting dan terutama dalam kehidupan manusia. Dengan keadaan yang sehat maka seseorang akan dapat melakukan banyak hal ataupun aktivitas di sepanjang kehidupannya. Tetapi demikian kesehatan tidak datang begitu saja, dibutuhkan upaya ataupun usaha supaya badan senantiasa dalam kondisi yang sehat. Oleh sebab itu, kesehatan menjadi kebutuhan dasar bagi manusia, karena dengan kondisi sehat maka manusia dapat melakukan aktivitas dengan baik (I Ketut, 2017). Menurut UU Kesehatan RI No.36 Tahun 2009 bahwa kesehatan merupakan kondisi sehat, secara fisik, mental, spiritual maupun sosial serta ekonomis (Ratna Julianti,dkk, 2018).

Negara Indonesia sedang melakukan upaya dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Tiga pilar utama kebijakan dan visi Indonesia sehat 2010, yaitu: lingkungan sehat, perilaku sehat, dan pelayanan kesehatan bermutu, adil dan menyeluruh. Faktor perilaku dan lingkungan merupakan faktor dominan dalam meningkatkan derajat kesehatan. Untuk mendukung upaya dalam peningkatan perilaku sehat maka ditetapkan visi nasional promosi kesehatan yaitu "Perilaku Hidup Bersih dan Sehat" (Hermien Nugraheni, dkk, 2018).

Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dapat dilakukan melalui penyelenggaraan Promosi Kesehatan, yaitu upaya meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku untuk membantu masyarakat, individu, keluarga atau kelompok agar tahu, mau dan mampu mempraktikkan perilaku hidup bersih dan sehat. Perilaku Hidup Bersih dan sehat merupakan upaya untuk memberikan pengalaman belajar ataupun menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat agar dapat mandiri dalam mencegah dan menanggulangi masalah kesehatan yang dihadapinya. (Andi Kurniawan, dkk, 2019).

Ada 5 tataan dalam Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dikelompokkan menjadi yaitu, PHBS di Sekolah, PHBS di Rumah Tangga, PHBS di Institusi Kesehatan, PHBS di Tempat Kerja, dan PHBS di Tempat- Tempat Umum (Notoatmodjo,2007). Dari kelima tatanan PHBS tersebut, Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah merupakan langkah awal dalam menciptakan sumber daya manusia yang sehat dan berkualitas(Lucie dalam zul salasa,dkk,2013).

Anak sekolah merupakan aset atau modal utama pembangunan di masa depan yang perlu dijaga, ditingkatkan dan dilindungi kesehatannya. Serta merupakan kelompok yang sangat potensial untuk menerima perubahan ataupun pembaruan. Pada taraf ini anak dalam kondisi peka terhadap stimulasi sehingga mudah dibimbing, diarahkan dan ditanamkan kebiasaan-kebiasaan hidup sehat. Untuk itulah sekolah harus menjadi suatu "Tempat" yang dapat meningkatkan/ mempromosikan derajat kesehatan peserta didiknya (Hermien Nugraheni, dkk, 2018).

Pada Laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Nasional Tahun 2013 menyatakan bahwa, kesehatan dipengaruhi oleh perilaku yang menjunjung tinggi keadaan kebersihan. Akibat kurangnya perhatian terhadap kebersihan, maka akan menimbulkan banyak penyakit seperti diare, kecacingan, filariasis, demam berdarah dan muntaber. Sedangkan penyakit terbanyak yang diderita oleh siswa sekolah dasar yaitu penyakit kecacingan sebesar 60-80%, dan karies gigi sebanyak 74,4% (Kementerian Kesehatan RI,2013).Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di sekolah menjadi salah satu upaya dalam meningkatkan derajat kesehatan di sekolah yang melibatkan peserta didik, dan masyarakat di lingkungan sekolah untuk dapat mempraktikkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat serta berperan aktif dalam mewujudkan sekolah yang sehat (Rita Dwi,dkk, 2019).

TINJAUAN PUSTAKA

Perilaku hidup bersih dan sehat sangat bermanfaat, untuk mencegah dan melindungi diri dari ancaman berbagai macam penyakit. Untuk itu diperlukan informasi terkait pengetahuan, sikap dan tindakan tentang perilaku hidup bersih dan sehat terhadap setiap individu, terutama pada anak sekolah dasar, agar tumbuh kesadaran akan pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat serta mampu menerapkannya untuk kesehatan dan kesejahteraan setiap individu.

Dengan adanya pengetahuan yang baik, maka sikap dan tindakan dalam melaksanakan Perilaku Hidup Bersih dan sehat akan berjalan baik. Masa sekolah dasar merupakan fase penting untuk menanamkan nilai-nilai perilaku hidup bersih dan sehat. Selain berpotensi sebagai agen perubahan untuk mempromosikan perilaku hidup bersih dan sehat, siswa sekolah dasar juga merupakan sasaran yang sangat efektif dalam hal merubah perilaku dan kebiasaan hidup sehat, karena siswa sekolah dasar merupakan usia yang sangat rentan dan rawan akan masalah kesehatan sehingga dapat mempengaruhi tumbuh kembang dan prestasi belajar mereka.

Pada siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo pada saat peneliti melakukan observasi ke lokasi penelitian maka ada beberapa masalah yang perlu penanganannya yang ada kaitannya untuk berperilaku hidup bersih dan sehat seperti tidak mencuci tangan setelah jajan, membeli makanan yang dijual di depan sekolah sedangkan penjual makanan tidak menutup makanan dengan baik, membuang sampah pada tempatnya sehingga kondisi kamar mandi terlihat kotor dan bau , merokok dan lain-lain sehingga dengan keadaan ini akan mudah terkenan penyakit seperti ISPA, diare, disentri dan cacingan. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan

Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo Tahun 2022”.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk ada Pengaruh Penyuluhan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan pada Siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo Tahun 2022

METODOLOGI

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian pre Experimental rancangan *one group Pretest Posttest* yaitu mengetahui Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Pada Siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo Tahun 2022 (Sugiyono,2017).

Waktu dan Tempat penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo dan waktu penelitian ini dilakukan pada Bulan Juli - Desember 2022

Populasi dan sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 1 A dan B berjumlah 70 siswa. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswa Kelas 1 A SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo Tahun 2022 yang berjumlah 34 siswa. Teknik pengambilan sampel yang dilakukan dalam penelitian ini adalah teknik total sampling dimana jumlah sampel sama dengan populasi (Sugiyono,2017)

Aspek Pengukuran

Dalam aspek pengukuran ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Penyuluhan Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan pada Siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kabupaten Karo Tahun 2022 adalah sebagai berikut :

Pengetahuan

Pengetahuan dikategorikan Baik, Jika responden dapat menjawab 9-12 pertanyaan dengan benar dan Pengetahuan dikategorikan Kurang, Jika responden menjawab 0-8 pertanyaan dengan benar. (Arikunto,2013).

Sikap

Sikap dikategorikan Baik, Jika responden dapat menjawab 9-12 pertanyaan dengan benar dan Sikap dikategorikan Kurang, Jika responden menjawab 0-8 pertanyaan dengan benar. (Arikunto,2013).

Tindakan

Tindakan dikategorikan Baik, Jika responden dapat menjawab 9-12 pertanyaan dengan benar dan Tindakan dikategorikan Kurang, Jika responden menjawab 0-8 pertanyaan dengan benar. (Arikunto,2013)

Analisa Data

Data yang diperoleh dikumpulkan, dianalisa, diolah dan disajikan dalam bentuk tulisan. Analisis secara kuantitatif mendeskripsikan dari masing-masing variabel penelitian dan melakukan analisa bivariante untuk mengetahui pengaruh penyuluhan tentang PHBS terhadap pengetahuan, sikap dan Tindakan

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian secara univariat yaitu variabel pengetahuan, sikap dan tindakan siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Beganding Kabupaten Karo Tahun 2022.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara yang mendalam yang telah dilakukan peneliti ke responden maka dibuat dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Proporsi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin dan Umur Tentang PHBS di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Simpangempat Kab. Karo Tahun 2022

No	Variabel Independen	Frekwensi (n)	Persentase (%)
	Jenis Kelamin		
1	Laki-laki	14	41
2	Perempuan	20	59
Jumlah		34	100
	Umur (tahun)		
1.	15	16	47
2.	16	16	47
3.	17	1	3
4.	18	1	3
Jumlah		34	34

Berdasarkan hasil penelitian tentang jenis kelamin responden bahwa jenis kelamin laki-laki sebanyak 14 orang (41%) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 20 orang (59%). Umur responden pada saat penelitian dimana umur 15-16 masing-masing sebanyak 16 orang (47%) dan umur 17-18 masing-masing 1 orang (3%).

Tabel 2. Distribusi Proporsi Responden Berdasarkan Pengetahuan , Sikap dan Tindakan sebelum Penyuluhan Tentang PHBS di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Simpangempat Kab. Karo Tahun 2022

No	Variabel Independen	Frekwensi (n)	Persentase (%)
Pengetahuan Sebelum Penyuluhan (Pre Test)			
1.	Baik	34	100
2.	Kurang	-	-
Jumlah		34	100
Sikap Sebelum Penyuluhan (Pre Test)			
1.	Baik	34	100
2.	Kurang	-	-
Jumlah			100
Tindakan Sebelum Penyuluhan (Pre Test)			
1.	Baik	6	18
2.	Kurang	28	82
Jumlah		34	100

Berdasarkan hasil penelitian terhadap responden bahwa tingkat pengetahuan dan sikap sebelum penyuluhan masing-masing 34 orang (100%) sedangkan tindakan yang melakukan tindakan baik sebanyak 6 orang (18%) dan tindakan kurang baik sebanyak 28 orang (82%).

Tabel 3. Distribusi Proporsi Responden Berdasarkan Pengetahuan , Sikap dan Tindakan Setelah Penyuluhan Tentang PHBS di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Simpangempat Kab. Karo Tahun 2022

No	Variabel Independen	Frekwensi (n)	Persentase (%)
	Pengetahuan Setelah Penyuluhan (Post Test)		
1.	Baik	34	100
2.	Kurang	-	-
Jumlah		34	100
	Sikap Setelah Penyuluhan (Post Test)		
1.	Baik	34	100
2.	Kurang	-	-
Jumlah			100
	Tindakan Setelah Penyuluhan (Post Test)		
1.	Baik	21	62
2.	Kurang	13	38
Jumlah		34	100

Analisa Bivariat

Hasil penelitian secara Bivariat yaitu yang diuji yaitu pengaruh penyuluhan terhadap tindakan siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Beganding Kabupaten Karo Tahun 2022 sedangkan pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan dan sikap siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Beganding Kabupaten Karo Tahun 2022 tidak dilakukan uji -t karena tidak ada perbedaan nilai sebelum dan setelah dilakukan penyuluhan.

Hasil penelitian pengaruh penyuluhan terhadap tindakan siswa tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Beganding Kabupaten Karo Tahun 2022. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan terhadap tindakan murid dengan menggunakan uji statistik T-test. Adapun hasil analisisnya adalah sebagai berikut :

Tabel 4. Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Sebelum Perlakuan	57.56	34	14.108	2.420
	Setelah Perlakuan	77.000	34	20.0121	3.4320

Tabel 5. Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Sebelum Perlakuan&Setelah Perlakuan	34	.444	.009

Nilai t-hitung yang dihasilkan adalah **-6.068** pada derajat bebas 33 lebih besar daripada nilai t-tabel sebesar **1,69236** (lihat tabel sebaran t). nilai **sig.2-tailed** lebih kecil daripada nilai kritik **0,05 (0,000 < 0,05)** berarti kita dapat menolak **H₀** sehingga dapat disimpulkan bahwa **H₀** ditolak yang artinya ada pengaruh pemberian penyuluhan terhadap tingkat tindakan murid tentang PHBS

PEMBAHASAN

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indera yang dimilikinya dan dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap obyek (Notoatmodjo, 2005).

Notoatmodjo (2005), berpendapat bahwa pengetahuan seseorang terhadap obyek mempunyai intensitas dan tingkat yang berbeda- beda. Tidak dapat di pungkiri bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah pula mereka menerima informasi. Pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya jika seseorang memiliki tingkat pendidikan rendah maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai yang baru di perkenalkan. Dengan pendidikan yang rendah dan pengetahuan yang kurang maka berkurang pengetahuan siswa untuk mengetahui pengertian dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat di sekolah dan di kehidupan sehari - hari.

Penyuluhan kesehatan adalah penambahan pengetahuan dan kemampuan seseorang melalui tehnik praktek belajar atau instruksi dengan tujuan mengubah atau mempengaruhi perilaku manusia secara individu, kelompok maupun

masyarakat untuk dapat lebih mandiri dalam mencapai tujuan hidup sehat (Depkes, 2002).

Berdasarkan hasil penelitian Sikap siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Beganding Kab.Karo Tentang PHBS dapat dilihat pada tabel 4.6 yang menunjukkan bahwa sikap siswa di pada kategori baik sebanyak 34 orang (100%) Hal ini sama dengan hasil penelitian Nuning Irnawulan Ishak, dkk (2017) dimana sikap baik lebih banyak dari sikap kurang dimana penelitiannya dilaksanakan di SDN Kuin Utara 4 Banjarmasin dengan hasil menunjukkan bahwa dari 63 responden, Sebanyak 58 siswa (92,1%) memiliki sikap baik dan sebanyak 5 siswa (7,9%) memiliki sikap sedang dan Tidak satupun siswa yang memiliki sikap buruk mengenai PHBS.

Sikap responden diturunkan dari tingkat pengetahuan responden, terbentuknya sikap seseorang tidak terlepas dari pengetahuan atau informasi-informasi serta pengalaman yang diperoleh baik dari sekolah maupun dari lingkungan masyarakat. Oleh sebab itu, peran guru dan tenaga kesehatan dalam hal ini sebagai penyebar informasi tentang PHBS sangat diperlukan. Dengan demikian untuk menentukan sikap harus didasari oleh pengetahuan responden. Hal ini menunjukkan bahwa sikap positif responden yang ditunjuk oleh sikap menerima, menanggapi, menghargai dan bertanggung jawab terhadap PHBS yang akan memberi dampak yang positif juga bagi mereka.

Berdasarkan hasil penelitian tentang PHBS di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec. Beganding Kab.Karo dapat dilihat pada tabel 4. didapatkan pertanyaan Sikap mempunyai sikap yang baik sebanyak 100 %.Hal ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti Henico Putri Lina (2016) Di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang yang mendapatkan hasil dari 71 responden terdapat Sikap negatif siswa yaitu mengenai jajan sehat dikantin sekolah sebanyak 40 orang (56,3%), pengukuran BB dan TB secara teratur sebanyak 38 orang (53,5%), dan memberantas jentik nyamuk di sekolah sebanyak 37 orang (52,1%).

Sikap dalam Memberantas jentik nyamuk juga harus dibiasakan pada siswa serta pemahaman tentang tempat berkembang biaknya nyamuk, seperti tempat-tempat penampungan air, bak mandi, gentong air, vas bunga, pot bunga/alas pot bunga, serta barang-barang bekas/tempat yang dapat menampung air yang terdapat di sekolah. Memberantas jentik nyamuk di lingkungan sekolah dapat dilakukan dengan pemberantasan sarang nyamuk (PSN) melalui aktivitas, menguras dan menutup tempat penampungan air serta mengubur barang-barang bekas.

Pemberantasan sarang nyamuk dapat dilakukan minimal satu minggu sekali untuk mencegah adanya perkembangbiakan nyamuk (Taryatman,2016). Serta Sikap dalam Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir juga harus

dibiasakan pada siswa karena mencuci tangan merupakan salah satu upaya pencegahan penularan terhadap penyakit. Hal ini dikarenakan tangan merupakan transmisi pembawa kuman dan bakteri yang dapat menyebarkan penyakit. Salah satu manfaat mencuci tangan adalah untuk membunuh kuman penyakit yang terdapat di tangan sehingga mencegah penularan penyakit seperti diare, kolera, disentri, tipus, kecacingan, dan penyakit kulit (Hermien,dkk,2018).

Sikap dalam Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah merupakan suatu kebiasaan yang harus ditanamkan pada siswa. Perilaku anak yang sering jajan di sembarang tempat serta kebersihannya tidak dapat dijaga oleh pihak sekolah, tidak terlindungi, dapat tercemar oleh debu, serta mungkin terkontaminasi kotoran yang mengandung telur cacing ataupun kandungan zat kimia, hal ini dapat menjadi sumber penularan infeksi kecacingan ataupun diare pada anak. transmisi telur cacing dapat melalui makanan dan minuman, terutama jajanan yang tidak dikemas serta tidak tertutup rapat (Proverawati dan Rahmawati, 2012). Mengonsumsi makanan sehat adalah suatu keharusan, terutama bagi anak usia sekolah dasar yang sedang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan.

Sikap merupakan respons yang tertutup seseorang terhadap stimulus atau objek tertentu, yang sudah melibatkan faktor pendapat dan emosi yang (Notoatmodjo,2010). Newcomb dalam Notoatmodjo,2010 menyatakan bahwa sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, Fungsi sikap belum merupakan tindakan (reaksi terbuka) atau aktifitas, akan tetapi merupakan predisposisi perilaku (tindakan) atau reaksi tertutup.

Dari hasil tersebut Sebagian besar sikap responden sudah baik, namun masih tetap perlu diberikan penyuluhan dan pengarahan secara terus-menerus bagi siswa tentang PHBS untuk lebih meningkatkan perubahan sikap serta tindakan yang lebih baik lagi sehingga tercipta suatu lingkungan dan kebiasaan yang sehat baik di lingkungan sekolah maupun di lingkungan keluarga di rumah.

Tindakan merupakan aturan yang mengadakan adanya hubungan erat antara sikap dan tindakan yang didukung oleh sikap merupakan pandangan atau perasaan yang disertai kecendrungan untuk bertindak (Purwanto, 2010).

Adapun yang mempengaruhi tindakan salah satunya adalah faktor lingkungan yaitu lingkungan rumah, sekolah, rumah sakit, klinik, jarak, dan sumber-sumber lain seperti suplai, perlengkapan, uang. (Rubenfeld, 2009)

Penyuluhan kesehatan adalah proses perubahan perilaku dikalangan masyarakat agar mereka tahu, mau dan mampu melakukan perubahan demi tercapainya peningkatan perbaikan dan kesejahteraan.(Subejo, 2010).

Sebelum dilakukan penyuluhan kepada siswa siswi kelas 1 SMA , masih kurang baik karena terbukti bahwa sekolah dan kelas masih jelas terlihat kotor dan tidak ada kesadaran dan kemauan murid seperti halnya perilaku hidup bersih dan sehat

Setelah dilakukan penyuluhan tindakan siswa semakin meningkat, yaitu dengan menerapkan perilaku hidup bersih baik di lingkungan sekolah maupun dimana saja.

Berdasarkan hasil analisa yang dilakukan dapat diketahui bahwa pengetahuan siswa sebelum penyuluhan memiliki rata rata , sedangkan pengetahuan siswa setelah penyuluhan memiliki rata rata sebanyak hasil yang diperoleh dengan hasil uji t tes yaitu hitung lebih besar dari pada t tabel maka ada pengaruh pemberian penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan siswa

Berdasarkan hasil penyuluhan dan pengamatan dari hasil tersebut upaya peningkatan kualitas manusia baik fisik dan non fisik harus dilaksanakan sedini mungkin dan berlangsung terus menerus sepanjang hidup dengan dukungan orang tua, keluarga, sekolah dan masyarakat

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Simpangempat dapat disimpulkan bahwa:

Tingkat Pengetahuan dan sikap Siswa SMA Negeri 1 Simpangempat Kec.Beganding Kab.Karo memiliki tingkat pengetahuan dan sikap baik masing-masing Sebanyak 34 orang (100 %) baik sebelum atau sesudah dilakukan penyuluhan sedangkan tindakan Siswa memiliki tindakan yang baik sebelum dilakukan penyuluhan sebanyak 6 orang (18 %) dan kurang baik sebanyak 28 orang (82) dan setelah penyuluhan sebanyak melakukan tindakan baik sebanyak 21 orang (62%) dan kurang baik sebanyak 13 orang (38%).

Adanya Pengaruh penyuluhan terhadap tindakan perilaku PHBS di SMA Negeri 1 Simpangempat Kec. Simpangempat Kab.Karo di hitung dengan menggunakan rumus T-test dengan hasil nilai t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} ($6.068 > 1.69236$)

DAFTAR PUSTAKA

Denti, Alby Berria.2014.Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Pelajar Kelas XI di SMA Negeri 8 Surakarta Tahun 2014. Skripsi. Kebidanan. Stikes Kusuma Husada. Surakarta

Hartanti, R.D., Kurniawati, T. and Murnita, R., 2019. Perilaku Hidup bersih dan Sehat (PHBS) Melalui Budaya Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS). Proceeding of The URECOL, pp.130-135.

- Julianti, R., Nasirun, M. and Wembrayarli, W., 2018. Pelaksanaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (Phbs) di Lingkungan Sekolah. *Jurnal Ilmiah Potensia*, 3(2), pp.76-82.
- Kemendes RI.2011.Pedoman Pembinaan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS).
- Kemensos RI.2020. Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (penguatan kapabilitas anak dan keluarga).
- Ketut, I Swarjana.2017. Ilmu kesehatan masyarakat. Yogyakarta: Andi.
- Lina, H.P., 2016. Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) siswa di SDN 42 Korong Gadang Kecamatan Kuranji Padang. *Jurnal Promkes: The Indonesian Journal of Health Promotion and Health Education*, 4(1), pp.92-103.
- Lumongga, N. and Syahrial, E., 2013. Pengaruh penyuluhan dengan metode ceramah dan diskusi terhadap peningkatan pengetahuan dan sikap anak tentang PHBS di Sekolah Dasar Negeri 065014 Kelurahan Namogajah Kecamatan Medan Tuntungan tahun 2013. *Kebijakan, Promosi Kesehatan dan Biostatistika*, 2(1), p.14398.
- Muslim, M.K. 2018. Tingkat Pengetahuan Perilaku Hidup Bersih Sehat (Phbs) Terhadap Kebersihan Pribadi Siswa Kelas Iv Dan V Madrasah Salafiyah Ibtidaiyah (Msi) 01 Kauman Pekalongan Tahun 2018. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S.2010.Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi.Jakarta:Rineka Cipta
- Nugraheni, Hermien. Sofwan indarjo dan Suhat.2018.Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah. Yogyakarta: Budi Utama
- Pratama, R.F., Renta, U., Suci, O. and Suci, W., 2015. Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa/I Kelas IV, V Dan Vi Tentang Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Di SDN Pegangsaan Dua Jakarta Utara, 2014. *Jurnal akademi keperawatan husada karya jaya*, 1(1).
- Suryanegara, W. And Juanita, H., 2018. Gambaran Pengetahuan, Sikap,Dan Praktik Tentang Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Pada Siswa Di Sekolah Dasar Negeri 08 Pagi Duren Sawit Tahun 2017. *E-Journal Widya Kesehatan Dan Lingkungan*, 1(2), Pp.148-152.

Taryatman, T., 2016. Budaya hidup bersih dan sehat di sekolah dasar untuk membangun generasi muda yang berkarakter. *Trihayu*, 3(1), p.259042.

Widardjo. 2019. Remaja dan Gangguan Rokok. Semarang. Alprin