



HUBUNGAN SIKAP DENGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT PADA SISWA SD

Miska Samrotus Surayya, Umi Faridah, Edi Wibowo Suwandi

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Kudus, Jl. Ganesha I No. 1, Purwosari, Kudus, Jawa Tengah 59316, Indonesia.

*miskasamrotussurayya@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis keterkaitan antara sikap dengan penerapan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa kelas IV–VI SDN Pasuruhan Kayen. Latar belakang penelitian adalah rendahnya penerapan PHBS di kalangan anak sekolah, sehingga diperlukan peningkatan kesadaran melalui sikap positif. Metode yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan rancangan cross-sectional, dengan populasi 84 siswa yang seluruhnya dijadikan sampel melalui teknik total sampling. Instrumen penelitian berupa kuesioner yang mencakup aspek sikap dan perilaku PHBS, serta telah diuji validitas dan reliabilitasnya sebelum digunakan. Data dianalisis menggunakan uji Spearman Rho. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswa memiliki sikap baik terhadap PHBS (88,10%) dan mayoritas berperilaku hidup bersih serta sehat secara positif (96,43%). Uji bivariat menghasilkan nilai $p = 0,024 (<0,05)$, sehingga disimpulkan terdapat hubungan signifikan antara sikap dan perilaku PHBS. Kesimpulannya, sikap berperan penting dalam membentuk penerapan PHBS pada peserta didik sekolah dasar. Temuan ini menegaskan peningkatan perilaku sehat di sekolah dapat dicapai melalui penguatan sikap positif siswa dengan program pendidikan berkelanjutan.

Kata kunci: kesehatan; penerapan PHBS; peserta didik; sekolah dasar; sikap

THE RELATIONSHIP BETWEEN ATTITUDES AND CLEAN AND HEALTHY LIVING BEHAVIORS AMONG ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

ABSTRACT

This research was conducted to analyze the relationship between attitudes and the implementation of clean and healthy living behavior (PHBS) among fourth to sixth grade students of SDN Pasuruhan Kayen. The background of the research is the low implementation of PHBS among school children, hence the need to increase awareness through positive attitudes. The method used is a correlational quantitative approach with a cross-sectional design, with a population of 84 students, all of whom were sampled using total sampling techniques. The research instrument was a questionnaire that included aspects of attitude and PHBS behavior, and had been tested for validity and reliability before use. Data were analyzed using the Spearman Rho test. The results showed that the majority of students had a good attitude towards PHBS (88.10%) and the majority exhibited positive clean and healthy living behavior (96.43%). The bivariate test resulted in a p-value of 0.024 (<0.05), leading to the conclusion that there is a significant relationship between attitudes and PHBS behaviors. In conclusion, attitudes play an important role in shaping the application of PHBS among elementary school students. This finding emphasizes that improving healthy behaviors in schools can be achieved through strengthening students' positive attitudes with ongoing education programs.

Keywords: attitude; clean and healthy living behavior; elementary school; health; students

PENDAHULUAN

Penerapan PHBS (perilaku hidup bersih dan sehat) meliputi serangkaian perbuatan yang dilaksanakan secara sadar sebagai bukti dari proses pendidikan, yang memberi kesempatan pada tiap individu, keluarga, atau komunitas untuk menjaga kesehatan secara sendirinya dan terlibat untuk menciptakan kesehatan di komunitas. Upaya untuk mencapai ini yaitu memberikan pemahaman mengenai (PHBS) di lingkungan pendidikan, keluarga serta lingkungan masyarakat

(Trimaya Cahya Mulat et al., 2023). PHBS di institusi pembelajaran berfokus pada pemberdayaan peserta didik, pengajar, komunitas pendidikan, supaya memahami, bersedia, memiliki kemampuan untuk melaksanakan PHBS serta berpartisipasi dalam menciptakan sekolah yang sehat. PHBS berupa serangkaian tindakan yang dijalankan peserta didik, pengajar, serta komunitas pendidikan berdasarkan kesadaran selaku hasil dari belajar, akibatnya dapat menghindari adanya penyakit secara individu, mengembangkan kualitas kesehatan, dan turut serta dalam menciptakan suasana yang sehat (Febriawati et al., 2023). Salah satu faktor yang sangat memengaruhi keberhasilan PHBS di sekolah adalah sikap siswa. Sikap merupakan kecenderungan seseorang untuk menanggapi suatu objek dengan sikap tertentu, baik yang bersifat positif maupun negatif. Dalam konteks kesehatan, sikap siswa terhadap kebersihan diri dan lingkungannya menjadi dasar penting terbentuknya perilaku hidup sehat. Siswa dengan sikap positif akan lebih konsisten menjaga kebersihan pribadi, praktik mencuci tangan sebelum makan, serta pembuangan sampah yang tepat. Sebaliknya, siswa dengan sikap yang kurang mendukung cenderung mengabaikan praktik hidup sehat meskipun mempunyai wawasan yang memadai. Harapannya, dengan diterapkan kebiasaan hidup sehat dan higienis, siswa dapat mempraktikkan kebiasaan hidup yang seimbang dengan mempertahankan, menjaga, dan mengembangkan tingkat kesehatan untuk menangani permasalahan kesehatan dengan sendirinya (Anggraeni et al., 2022).

Survei Kesehatan Indonesia (2023) mencatat bahwa kepatuhan mencuci tangan dengan benar pada kelompok usia ≥ 10 tahun hanya 51,1%. Proporsi penduduk usia >5 tahun yang tidak memenuhi asupan harian dengan sayuran dan buah-buahan dalam seminggu mencapai 96,7%. Prevalensi merokok harian di kalangan usia ≥ 10 tahun tercatat sebesar 22,46%, dan proporsi keluarga dengan praktik pengelolaan sampah yang kurang benar masih mencapai 62,2%. Secara nasional, hanya 41,3% provinsi di Indonesia yang berhasil menerapkan PHBS dengan baik, dengan Bali menempati posisi tertinggi (59,2%) dan Papua berada pada posisi terendah (21,7%). Data ini memperlihatkan bahwa kesadaran terhadap perilaku hidup sehat masih menjadi tantangan besar, termasuk di kalangan siswa sekolah dasar (Kemenkes RI, 2023).

Beberapa penelitian sebelumnya menegaskan adanya hubungan signifikan sikap dengan penerapan PHBS. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masih banyak siswa mempunyai pengetahuan tentang PHBS, namun tidak tercermin dalam sikap dan praktik kesehariannya (Meidita et al., 2022). melaporkan bahwa indikator PHBS di sekolah masih rendah, misalnya penggunaan air bersih hanya 26%, pengelolaan sampah 20%, fasilitas toilet 73,33%, serta pengelolaan limbah cair 26,66%. Di sisi lain, hanya 1,7% anak sekolah yang menggosok gigi dengan benar, dan hanya 47% masyarakat Indonesia mencuci tangan dengan baik. Hal ini menguatkan pandangan bahwa sikap merupakan faktor kunci yang menentukan keberhasilan pembentukan PHBS. Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya pembentukan sikap positif siswa sejak dini agar mampu menjalankan PHBS secara konsisten. Sikap yang positif bukan hanya berpengaruh pada kesehatan individu, tetapi juga mewujudkan suasana belajar yang higienis, sehat, dan kondusif. Melalui pembiasaan yang baik, siswa akan lebih sadar terhadap pentingnya menjaga kesehatan diri dan lingkungan, sehingga risiko penyakit dapat ditekan dan kualitas pembelajaran meningkat.

Situasi serupa juga diperhatikan di Sekolah Dasar Pasuruhan Kayen, tempat penelitian ini dilakukan. Observasi awal terhadap 84 siswa di kelas IV–VI mengungkapkan banyak masalah yang menunjukkan sikap lemah di antara siswa terkait Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Banyak siswa yang belum membiasakan cuci tangan sebelum makan, cenderung membiarkan kuku mereka panjang dan kotor, serta sering membeli camilan sembarangan di luar sekolah. Selain itu, perilaku membuang sampah sembarangan masih ditemukan, meskipun ada tempat sampah. Wawancara yang dilakukan dengan 15 siswa menunjukkan bahwa hanya 6 siswa yang telah mengimplementasikan PHBS dengan baik, sementara 9 siswa belum. Temuan ini menyoroti kesenjangan antara pengetahuan, sikap, dan praktik kesehatan di kalangan siswa sekolah dasar. Berdasarkan kondisi

yang telah dijelaskan, peneliti tertarik meneliti dengan tujuan memahami 'hubungan antara sikap dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di antara siswa kelas IV–VI di SDN Pasuruhan Kayen.

METODE

Penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif dengan rancangan korelasional dan metode cross-sectional untuk mengetahui korelasi antara sikap dan penerapan PHBS pada peserta didik SD dalam satu periode waktu tertentu, yang dilaksanakan di SD Negeri Pasuruhan Kayen dari Desember 2024 sampai Agustus 2025. Populasi penelitian terdiri semua siswa kelas IV–VI dengan total 84 peserta, dan teknik pengambilan sampel ditentukan dengan teknik total sampling. Variabel independen adalah sikap siswa terhadap PHBS, sementara itu variabel dependen adalah perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Instrumen penelitian berupa kuesioner tertutup yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Kuesioner sikap terdiri dari 15 pernyataan dan kuesioner PHBS terdiri dari 12 pertanyaan. Hasil uji validitas menunjukkan bahwa seluruh item pada kedua kuesioner memiliki nilai r hitung lebih besar dari r tabel (0,361), sehingga seluruh item dinyatakan valid. Uji reliabilitas menggunakan Cronbach's Alpha menghasilkan nilai sebesar 0,875 untuk kuesioner sikap dan 0,794 untuk kuesioner PHBS, yang keduanya lebih besar dari 0,60. Dengan demikian, kedua instrumen penelitian dinyatakan reliabel dan layak digunakan. Pengumpulan data primer dilakukan dengan cara siswa mengisi kuesioner, sementara data sekunder bersumber dari laporan serta literatur mengenai PHBS. Data dianalisis secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi variabel sikap dan PHBS, serta analisis bivariat dilakukan dengan uji korelasi Spearman Rho pada tingkat signifikansi 0,05 untuk menguji hubungan antara sikap dan perilaku hidup bersih serta sehat.

HASIL

Tabel 1
Karakteristik Responden

	Karakteristik	f	%
Kelas	IV	27	32,14
	V	31	36,90
	VI	26	30,95
Jenis Kelamin	Laki-laki	31	36,90
	Perempuan	53	63,10
Usia	9	7	8,33
	10	23	27,38
	11	34	40,48
	12	20	23,81

Berdasarkan tabel 1 responden di SDN Pasuruhan Kayen didapatkan jumlah data bahwa mayoritas responden berasal dari kelas V sebanyak 31 siswa (36,90%). Dilihat dari distribusi jenis kelamin, sebagian besar responden merupakan perempuan dengan jumlah 53 siswa (63,10%). Berdasarkan usia, kelompok terbanyak adalah usia 11 tahun dengan jumlah 34 siswa (40,48%).

Tabel 2
Distribusi frekuensi variabel sikap dan PHBS pada siswa SDN Pasuruhan Kayen

Variabel	f	%
Sikap		
Baik	74	88,10
Cukup	8	9,52
Kurang	2	2,38
Perilaku Hidup Bersih dan Sehat		
Baik	81	96,43
Kurang Baik	3	3,57

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil sikap dan perilaku hidup bersih dan sehat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada variabel sikap, mayoritas responden memiliki sikap baik sebanyak 74 siswa (88,10%). Sementara itu, pada variabel perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), mayoritas responden memiliki perilaku baik sebanyak 81 siswa (96,43%).

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di SDN Pasuruhan Kayen.

Sikap	PHBS				Jumlah		P Value
	Baik		Kurang Baik		f	%	
	f	%	f	%			
BAIK	71	95,95	3	4,05	74	88,10	0,024
CUKUP	8	100	0	0	8	9,52	
KURANG	1	50	1	50	2	2,38	

Berdasarkan table 3 Hasil uji crosstab (tabulasi silang) sikap dengan perilaku hidup bersih serta sehat dari temuan yang diperoleh dari 84 responden diketahui bahwa pada responden dengan sikap baik terdapat 71 siswa (95,95%) yang memiliki PHBS baik dan 3 siswa (4,05%) yang memiliki PHBS kurang baik. Pada responden dengan sikap cukup, seluruhnya (100%) memiliki PHBS baik. Sementara itu, pada responden dengan sikap kurang, masing-masing 1 siswa (50%) menunjukkan PHBS baik, dan 1 siswa (50%) memiliki PHBS kurang baik. Nilai p-value yang diperoleh adalah 0,024 sehingga kesimpulannya bahwa hipotesis alternatif (Ha) diterima dan hipotesis nol (Ho) ditolak, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap dan perilaku hidup bersih serta sehat di SDN Pasuruhan Kayen.

PEMBAHASAN

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

PHBS meliputi rangkaian tindakan yang dilakukan secara sadar setelah melalui proses pendidikan, yang memungkinkan individu, keluarga, maupun komunitas untuk menjaga kesehatan secara mandiri sekaligus berpartisipasi dalam menciptakan lingkungan sehat (Trimaya Cahya Mulat et al., 2023). PHBS juga dipahami sebagai perilaku sadar yang memberi kesempatan kepada setiap orang untuk menjaga kesehatan diri, keluarga, dan masyarakat melalui penerapan kebiasaan sehat di rumah, sekolah, maupun lingkungan sekitar (Trimaya Cahya Mulat et al., 2023).

Berdasarkan hasil uji crosstab (tabulasi silang) berdasarkan Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dari temuan yang diperoleh dari 84 responden diketahui bahwa pada responden dengan sikap baik terdapat 71 siswa (95,95%) yang memiliki PHBS baik dan 3 siswa (4,05%) yang memiliki PHBS kurang baik. Pada responden dengan sikap cukup, seluruhnya (100%) memiliki PHBS baik. Sementara itu, pada responden dengan sikap kurang, masing-masing 1 siswa (50%) menunjukkan PHBS baik, dan 1 siswa (50%) memiliki PHBS kurang baik. Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa siswa dengan sikap baik umumnya memiliki PHBS yang baik, yaitu 71 siswa (95,95%), sedangkan 3 siswa (4,05%) memiliki PHBS kurang baik. Pada responden dengan sikap cukup, seluruhnya (100%) memiliki PHBS baik. Sementara itu, pada responden dengan sikap kurang, masing-masing 1 siswa (50%) menunjukkan PHBS baik, dengan 1 siswa (50%) berada pada kategori kurang baik. Pola hubungan yang positif atau searah menunjukkan bahwa semakin baik sikap seorang siswa, maka semakin baik pula perilaku hidup bersih dan sehat yang dimilikinya.

Sikap

Sikap merupakan hal yang perlu diperhatikan siswa di sekolah sebagai bahan untuk pembentukan karakter. Karakter yang baik terdiri dari pengetahuan, sikap, dan pikiran yang baik sehingga siswa dapat melakukan kebiasaan berperilaku seperti dalam halnya pelaksanaan PHBS (Nurhidayah, Asifah, & Rosidin, 2021). Sikap positif seseorang terhadap PHBS dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalamannya, sehingga akan timbul sikap baik pada siswa akan berdampak pada penerapan PHBS yang baik. Oleh karena itu, pembiasaan sikap PHBS yang positif di rumah maupun di sekolah perlu terus ditekankan melalui pendidikan dan pembinaan PHBS. Sebaliknya, PHBS yang kurang baik pada siswa umumnya merupakan akibat dari sikap yang kurang baik. Sikap yang

kurang baik dapat menjadi faktor risiko munculnya penyakit, karena sikap merupakan perilaku awal yang muncul sebelum siswa bertindak. Jika siswa memiliki sikap positif terhadap PHBS, mereka cenderung lebih mudah menerapkan PHBS serta mampu melakukan tindakan pencegahan terhadap penyakit, begitupun sebaliknya (Meidita et al., 2022).

Semakin matang usia individu, semakin matang pula sikap dan cara berpikir dalam menjalankan PHBS. Menurut pandangan masyarakat, usia yang lebih matang dianggap mampu membentuk sikap yang lebih matang, sejalan dengan pengalaman hidup yang telah dilalui. Sementara itu, partisipan pada usia yang lebih muda biasanya menunjukkan aktivitas lebih tinggi dalam kegiatan fisik di lingkungannya, namun belum terlalu terikat secara intens dengan sikap terhadap kesehatan, sehingga masih membutuhkan dorongan lebih besar dibandingkan peserta yang lebih dewasa (Martono, Maulana Adhi Setyo Nugroho, & Yeni Tutu Rohimah, 2023). Ditemukan adanya kesenjangan yang bermakna antara siswa laki-laki dan perempuan dalam penerapan PHBS, dengan kelompok perempuan menunjukkan sikap yang lebih unggul daripada kelompok putra. Hasil kajian juga memperlihatkan bahwa kelompok putri cenderung lebih dominan dalam mengekspresikan perasaan terhadap suatu objek, baik dalam bentuk sikap positif maupun negatif (Martono et al., 2023).

Hubungan Sikap dengan PHBS

Analisis data dilakukan menggunakan uji korelasi Spearman Rho melalui bantuan SPSS 25 for Windows menunjukkan adanya korelasi yang signifikan secara statistik antara sikap dengan PHBS pada peserta didik kelas IV–VI di SDN Pasuruhan Kayen. Dari Hasil pengolahan data menunjukkan p-value sebesar $0,024 < 0,05$ oleh karena itu, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_a terbukti benar dan H_0 ditolak. Kondisi ini memperlihatkan bahwa ini menunjukkan adanya hubungan sikap dengan PHBS pada peserta didik kelas IV–VI di SDN Pasuruhan Kayen. Temuan tersebut sejalan dengan studi yang diungkapkan oleh (Novika, Sayati, & Murni, 2023) yang menunjukkan adanya keterkaitan signifikan antara sikap dengan perilaku hidup bersih dan sehat. Studi ini mendasarkan pada metode yang membuktikan bahwa sikap memiliki peran signifikan yang memungkinkan siswa melaksanakan PHBS, sehingga semakin baik sikap siswa maka semakin baik pula penerapan PHBS yang dilakukan.

Mengacu pada hasil penelitian, literatur terkait, dan landasan teori, peneliti berpendapat bahwa sikap positif siswa perlu terus diberikan stimulasi dengan cara berkelanjutan supaya tetap tertanam di kalangan siswa. Upaya ini dapat dilakukan melalui promosi kesehatan yang konsisten dan terarah, khususnya terkait PHBS di sekolah. Dengan pembinaan yang terus-menerus, diharapkan perubahan sikap peserta didik dapat semakin meningkat ke arah yang lebih baik, sehingga mampu membentuk kebiasaan positif, menumbuhkan kesadaran kolektif, dan pada akhirnya menciptakan lingkungan sekolah yang bersih, sehat, serta mendukung perkembangan generasi yang lebih berkualitas.

SIMPULAN

Hasil studi tentang hubungan antara sikap dan penerapan PHBS pada siswa kelas 4–6 di SD Negeri Pasuruhan Kayen, dapat disimpulkan bahwasanya mayoritas siswa memiliki sikap positif dalam hal PHBS, dan sikap tersebut berhubungan signifikan dengan perilaku hidup bersih dan sehat yang diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Semakin positif sikap siswa terhadap pentingnya kebersihan diri dan lingkungan, semakin tinggi pula konsistensi mereka dalam menjalankan PHBS, seperti kebiasaan membersihkan tangan secara tepat, memelihara kebersihan tubuh, serta memilih jajanan yang bergizi serta membuang sampah pada tempatnya. Penelitian ini mempertegas bahwa sikap merupakan faktor internal yang dominan dalam membentuk perilaku kesehatan pada anak usia sekolah, karena sikap positif mampu menumbuhkan kesadaran, motivasi, dan tanggung jawab pribadi untuk hidup sehat secara berkelanjutan. Dengan demikian, keberhasilan penerapan PHBS pada siswa tidak hanya ditentukan oleh faktor eksternal, tetapi sangat bergantung pada pembinaan

sikap yang dilakukan melalui proses pendidikan, pembiasaan, serta keteladanan dari guru, keluarga, dan lingkungan sekitar.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, R., Feisha, A. L., Muflihah, T., Muthmainnah, F., Syaifuddin, M. A. R., Aulyah, W. S. N., ... Rachmat, M. (2022). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat untuk meningkatkan pengetahuan murid sekolah dasar. *PROMOTIF: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 65. <https://doi.org/10.17977/um075v2i12022p65-75>
- BPS. (2018). Dalam Angka Dalam Angka. Kota Kediri Dalam Angka, 1–68.
- Febriawati, H., Angraini, W., Oktarianita, O., & Rizal, A. F. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SMP Negeri 6 Kota Bengkulu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(4), 1412–1426. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.8947>
- Martono, M., Maulana Adhi Setyo Nugroho, & Yeni Tutu Rohimah. (2023). Analisis Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Pada Anak Punk. *Intan Husada : Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 11(02), 142–152. <https://doi.org/10.52236/ih.v11i2.320>
- Meidita, F., Suprayitno, S., Nugraha, G. A., Mellenia, F., Rahmi, A., & Fadhillah, A. F. (2022). Hubungan Antara Sikap dan Sarana terhadap PHBS di Sekolah pada Siswa SMA. *JPKM: Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 171–176. <https://doi.org/10.47575/jpkm.v3i2.356>
- Novika, N., Sayati, D., & Murni, N. S. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan PHBS. *Citra Delima Scientific Journal of Citra Internasional Institute*, 7(2), 70–76. <https://doi.org/10.33862/citradelima.v7i2.370>
- Nurhidayah, I., Asifah, L., & Rosidin, U. (2021). Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada Siswa Sekolah Dasar. *The Indonesian Journal of Health Science*, 13(1), 61–71. <https://doi.org/10.32528/ijhs.v13i1.4864>
- Trimaya Cahya Mulat, Yuriatson Yuriatson, A. Syamsinar Asmi, & Rukina, R. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar. *Abdimas Polsaka*, 43–47. <https://doi.org/10.35816/abdimpolsaka.v2i1.31>