Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD) **e-ISSN. 2963-3559**
Vol. 4 No. 1 Juni 2025 (P 54-58)

EDUKASI PHBS SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN KONSUMSI JAJANAN TIDAK SEHAT PADA ANAK SEKOLAH SDN 100603 KELAS 2 DI DESA SIDADI II KEC.BATANG ANGKOLA

Riski Pulungan[1], Salsabila Rangkuti[2], Naser Hamed Tbn[3], Muhammad Ardiansyah Harahap[4], Liza Aprianti[5]

[1]Program Studi Keperawatan Universitas Aufa Royhan,
[2,3,4] Program Studi Kesehatan Masyarakat Universitas Aufa Royhan,
[5] Program Studi Kebidanan Universitas Aufa Royhan
riskipulungan10@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari perilaku hidup bersih dan sehat, atau PHBS, adalah untuk mencapai keadaan sehat yang dapat diimplementasikan secepat mungkin. Selain mengajarkan siswa sekolah dasar tentang PHBS, proyek pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk membantu mereka memilih camilan bergizi. Pada tanggal 21 Mei 2025, aksi tersebut berlangsung di SDN 100603, yang terletak di Desa Sidadi II, Kabupaten Batang Angkola. Kegiatan edukatif ini adalah sesi penyuluhan yang menggabungkan permainan dan format ceramah.Metode yang digunakan dalam Program pendidikan dengan gaya outreach yang menggabungkan teknik bermain dan ceramah. PowerPoint digunakan untuk menyajikan konten edukatif dengan cara yang menarik dan cukup sederhana untuk dipahami oleh anak-anak sekolah. Singkatnya, siswa terlibat dan aktif bertanya selama proses diskusi, dan pelajaran PHBS tentang camilan sehat diimplementasikan dengan sukses. Hingga akhir acara, semua orang berpartisipasi dalam kegiatan.

Kata Kunci: Perilaku hidup bersih dan sehat, jajan-jajanan tidak sehat, siswa sekolah dasar

ABSTRACT

The purpose of clean and healthy living behavior, or PHBS, is to achieve a state of health that can be implemented as quickly as possible.In addition to teaching elementary school students about PHBS, this community service project aims to help them choose nutritious snacks. On May 21, 2025, the action took place at SDN 100603, located in Sidadi II Village, Batang Angkola District. This educational activity is a counseling session that combines games and lecture formats. The method used in the education program has an outreach style that incorporates play techniques and lectures. PowerPoint is used to present educational content in an engaging manner that is simple enough for school children to understand. In short, students are involved and actively ask questions during the session. In short, the students were engaged and actively asked questions during the discussion process, and the lesson on PHBS regarding healthy snacks was successfully implemented. By the end of the event, everyone participated in the activities.

Keywords: ***Clean and healthy living behavior, unhealthy snacks, elementary school students.***

PENDAHULUAN

Ketika seorang anak pertama kali memasuki lingkungan sekolah, mereka mulai berinteraksi dengan teman sebaya, belajar tentang budaya massa, dan membentuk kelompok periode usia sekolah. Anak-anak usia sekolah dapat mengembangkan berbagai penyakit dan masalah kesehatan seiring meningkatnya paparan mereka terhadap dunia luar (Nofriadi et al., 2020; Harahap & Harahap, 2024;.Harahap, 2020). Menurut WHO, anak-anak usia sekolah adalah mereka yang berusia antara enam sampai dua belas tahun.

Ada korelasi yang kuat antara ngemil dan anak-anak.Anak-anak sering membeli makanan dari sumber luar tanpa mempertimbangkan kebersihan atau bahan makanan tersebut. Lebih dari 99% anak-anak mengonsumsi cemilan di sekolah, menurut survei yang dilakukan oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). Proporsi tinggi anak-anak yang mengonsumsi cemilan meningkatkan kemungkinan mereka mengalami masalah kesehatan. Salah satu penyebab utama anak-anak terus mengonsumsi cemilan yang berbahaya adalah ketidaktahuan. Sebenarnya,beberapa bahan tambahan dalam makanan ini berpotensi menyebabkan kanker.

Agar anak-anak muda dapat membedakan antara snack yang baik dan tidak sehat, pendidikan harus diterapkan. Pengetahuan, seperti yang kita semua tahu, memiliki kekuatan untuk membentuk sikap dan perilaku seseorang. Pengetahuan adalah faktor yang menentukan perilaku (Kholidah, Hidayat, Jamaludin, Leksono & ISSN, 2023). Program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) menerapkan strategi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah. Tujuan PHBS di sekolah adalah untuk memungkinkan siswa, pendidik, dan komunitas sekolah untuk memahami, menginginkan, dan mempraktikkan PHBS serta berkontribusi secara aktif dalam pengembangan sekolah yang sehat (Bur & Septiyanti, 2020; Harahap, 2024).

Terdapat 25 jiwa anak usia sekolah kelas 2 di Desa Sidadi II Kec.Batang Angkola.Kegiatan anak usia sekolah untuk mengisi waktu luang sebagian besar bermain dan jajan sembarangan tanpa memperhatikan kebersihan terlebih dahulu.Mka dari pernyataan itu kami melakukan penyuluhan PHBS Jajanan sehat untuk mencegah dan mengurangi terjadinya

masalah kesehatan Diare pada anak sekolah dasar.

METODE PELAKSANAAN

Sebanyaak 63 siswa kelas dua adalah sasaran dari kegiatan pegabdian masyarakat ini. Kegiatan terkait konseling kesehatan dilakukan untuk meningkatkan perilaku sehat di kalangan anak sekolah. Berikut adalah deskripsi metode pelaksanaannya:

a.) Tahap persiapan:

(1) Menjelaskan kegiatan kepada pihak SDN 100603; (2) Mencapai kesepakatan tentang jadwal konseling; dan (3) Menyiapkan fasilitas, media, alat, dan bahan video, termasuk proyektor, brosur, dan makanan ringan bergizi.

b.) Tahap pelaksanaan:

(1) Mengkonseling siswa tentang topik makanan sehat melalui ceramah dan menunjukkan cara memilihnya; (2) Membagikan leaflet kepada siswa; dan (3) Mencatat setiap kegiatan dengan catatan, video, dan foto.

c. Tahap Evaluasi:

(1) Menanyakan kembali kepada siswa tentang materi yang telah diberikan (2) Memberikan penghargaan kepada anak-anak yang telah memberikan jawaban yang akurat dan benar dengan hadiah. (3) Membagikan susu kepada siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tanggal 21 Mei 2025, 43 siswa dari kelas 2 berpartisipasi dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di SDN 100603. Hasil dari kegiatan tersebut menunjukkan antusiasme siswa terhadap konseling, terutama dalam hal contoh pemilihan camilan bergizi. Selain itu,meningkatnya pemahaman mereka ditunjukkan melalui informasi yang mereka pelajari mengenai camilan sehat. Sampai latihan pendidikan selesai, mereka dengan antusias diawasi. Sebagai ilustrasi perilaku yang dikategorikan sebagai PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan Sehat), para siswa dapat mengikuti gerakan tersebut. Karena latihan dilakukan dengan cara yang menyenangkan, semua peserta dengan senang hati berpartisipasi. Keinginan mereka untuk berpose dan menjawab pertanyaan selama sesi diskusi menjadi bukti hal ini.Sekolah menyediakan ruang kelas di mana kegiatan diadakan, menunjukkan dukungan besar mereka untuk ini. Pencahayaan yang baik, ruang kelas yang cukup besar, dan pemanfaatan media semuanya berkontribusi pada

pelaksanaan kegiatan pengajaran yang berhasil dengan memfasilitasi penyampaian isi yang jelas. Gambar-gambar berikut memberikan dokumentasi tentang proses kegiatan pendidikan PHBS:













Gambar Kegiatan Penyuluhan PHBS

KESIMPULAN

Kegiatan berjalan dengan baik dan siswa berpartisipasi dengan antusias. Siswa belajar bagaimana memilih makanan ringan yang sehat dari program ini. Anak-anak usia sekolah dapat mempraktikkan contoh perilaku berdasarkan prinsip PHBS dan juga memilih camilan sehat untuk anak sekolah.

Kami juga ingin mengucapkan terima kasih kepada kepala sekolah di SD 100603 Di Desa Sidadi II dan guru yang mengajar,yang telah memberikan kesempatan untuk kami melakukan penyuluhan

REFERENSI

Bur, N., & Septiyanti, S. (2020). Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (PHBS) Di SD Inpres Katangka Gowa. *Celebes Abdimas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, *2*(1), 47–52. https://doi.org/10.37541/celebesabdimas.v2i1.301

Harahap, Lena Juliana. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Dengan PemilihanMakanan Cepat Saji Di Uptd Puskesmas Sadabuan. *Jurnal Education and Development Institut Tapanuli Selatan*, *8*(4), 271–274.

Harahap, Lia Junita. (2024). Edukasi Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat (Phbs) Kepada Anak Di Desa Sorik, Sumatera Utara. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (JPMD)*, *3*(1), 26–33.

Harahap, Lia Junita, & Harahap, L. J. (2024). Development of an Instrument for Measuring Intention to ACT and Healthy Eating Behavior of Students. *Jurnal of Health Science*, *17*(1), 45–54. https://doi.org/https://doi.org/10.33086/jhs.v17.i01.4547 45

Kholidah, Hidayat, Jamaludin, Leksono, 4Universitas Sultan Ageng Tirtayasa 2023.Kajian Etnosains Dalam Pembelajaran Ipa Untuk Menumbuhkan Nilai Kearifan Lokal Dan Karakter Siswa Sd Chanos Chanos).Melalui Sate Bandeng. Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar, & ISSN. (2023) *Jurnal Pendidikan Dasar Dan Sosial Humaniora*, *43*(4), 342–346.

Nofriadi, N., Anggraini, M., & Kartika, K. (2020). Edukasi Kesehatan Jajanan Sehat Pada Siswa Di SDN 15 Nagari Kubang Pipik Kecamatan Baso. *Jurnal Abdimas Kesehatan Perintis*, *1*(2), 55–58. https://jurnal.upertis.ac.id/index.php/JAKP/article/view/405