

Pengaruh Health Promotion Terhadap Peningkatan Literasi Kesehatan “Perilaku Hidup dan Sehat” pada Siswa di Sekolah Menengah Pertama Kota Banjarmasin

Gertrudis Tutpai¹, Ermeisi Er Unja², Maria Frani Ayu Andari Diaz³

Program Studi Sarjana Ilmu Kependidikan, STIKES Suaka Insan, Indonesia^{1,2,3}

*Email Korespondensi: meisiunja10@gmail.com

ABSTRACT

Sejarah Artikel:

Diterima 12-07-2025
Disetujui 21-07-2025
Diterbitkan 23-07-2025

Low health literacy leads to unhealthy behavior and the potential for long-term health problems. The school environment, as the primary place for character and knowledge formation, is a strategic location for implementing various health promotion programs. Improving health literacy through health promotion is one of the government's preventive programs. This study aims to evaluate the effect of health promotion programs on improving health literacy among junior high school students. This study used a quasi-experimental design with a pre-test and post-test approach without a control group. The sample consisted of 60 students using purposive sampling. The intervention carried out in this study was health promotion carried out by conducting interactive counseling on PHBS and how to wash hands properly with the help of educational media in the form of short videos. The instrument used in this study was a knowledge questionnaire regarding PHBS. The questionnaire has passed validity and reliability tests with Cronbach's values. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed an average knowledge score increase from 60.60 to 84.00 after the intervention, with a mean difference of 23.40 and a p-value of 0.000 (≤ 0.05). There was a significant difference between the level of family knowledge before and after the intervention. Health promotion interventions can improve health literacy related to clean and healthy living behaviors in school students. Schools should integrate health literacy materials into the school curriculum, particularly in science, physical education, and guidance and counseling.

Keywords: *Health Promotion; Health Literacy; PHBS*

ABSTRAK

Rendahnya literasi kesehatan berujung pada perilaku yang tidak sehat dan potensi timbulnya masalah kesehatan jangka panjang. Lingkungan sekolah sebagai tempat utama pembentukan karakter dan pengetahuan menjadi lokasi strategis untuk melaksanakan berbagai program promosi kesehatan. Peningkatan literasi kesehatan melalui promosi Kesehatan menjadi salah satu program Pemerintah dalam melakukan tindakan preventif. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh program health promotion terhadap peningkatan literasi kesehatan di kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama. Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Sampel berjumlah 60 orang siswa dengan menggunakan purposive sampling. Intervensi yang dilakukan pada penelitian ini adalah promosi kesehatan dilaksanakan dengan melakukan penyuluhan

interaktif mengenai PHBS dan cara mencuci tangan yang benar dengan bantuan media edukatif berupa video pendek. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan mengenai PHBS. Kuesioner telah melalui uji validitas dan reliabilitas dengan nilai Cronbach's. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test . Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 60.60 menjadi 84.00 setelah intervensi, dengan selisih rata-rata sebesar 23.40 dan nilai p-value sebesar 0.000 (≤ 0.05). Terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat pengetahuan keluarga sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Intervensi health promotion dapat meningkatkan Literasi Kesehatan terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa sekolah. Bagi pihak sekolah hendaknya dapat mengintegrasikan materi literasi kesehatan dalam kurikulum sekolah, terutama pada pelajaran IPA, PJOK, atau Bimbingan Konseling.

Katakunci: Health Promotion; Literasi Kesehatan; PHBS

Bagaimana Cara Sitas Artikel ini:

Gertrudis Tutpai, Ermeisi Er Unja, & Maria Frani Ayu Andari Diaz. (2025). Pengaruh Health Promotion Terhadap Peningkatan Literasi Kesehatan “Perilaku Hidup dan Sehat” pada Siswa di Sekolah Menengah Pertama Kota Banjarmasin. *Jejak Digital: Jurnal Ilmiah Multidisiplin*, 1(4b), 2433-2439. <https://doi.org/10.63822/qbx8hp65>

PENDAHULUAN

Literasi kesehatan merupakan kemampuan individu untuk memperoleh, memahami, dan menggunakan informasi kesehatan guna membuat keputusan yang tepat terkait kesehatan diri dan lingkungannya (Iqbal, dkk., 2023). Literasi kesehatan dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan pemahaman dan sikap menjaga kesehatan diri. Literasi kesehatan adalah proses membangun keterampilan dan sikap. Literasi kesehatan memengaruhi perubahan perilaku yang berkaitan dengan kesehatan dan sikap yang berkaitan dengan menjaga Kesehatan (Roiefah, 2021).

Literasi kesehatan dapat digunakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan, motivasi, dan kemampuan masyarakat dalam mengakses, memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan dengan membuat pertimbangan dan pengambilan keputusan dalam kehidupan sehari-hari yang berkaitan dengan kesehatan (Aaby, dkk., 2017). Hal ini menjadi sangat penting terutama pada masa remaja, khususnya di tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP), di mana individu mulai mengalami banyak perubahan fisik, emosional, dan sosial yang menjadikannya kelompok rentan terhadap berbagai masalah kesehatan. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan sejak usia remaja menjadi sangat krusial. Usia remaja hingga dewasa awal dianggap sebagai tahap peralihan menuju dewasa yang penuh dengan tantangan dan adaptasi lingkungan sosial (Rahmadanita, 2022).

Banyak penelitian menunjukkan bahwa tingkat literasi kesehatan remaja di Indonesia masih tergolong rendah. Terdapat fakta yang menggambarkan kondisi terkait literasi Kesehatan yang rendah. Indeks pembangunan manusia (IPM) di Indonesia tahun 2021 adalah 0,705, nilai ini membuat Indonesia berada di peringkat 114 dari 191 negara di dunia (United Nation, 2022). Hal ini berdampak pada kurangnya pemahaman terhadap isu-isu kesehatan dasar, seperti gizi, kebersihan diri, kesehatan reproduksi, dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Rendahnya literasi kesehatan ini sering kali berujung pada perilaku yang tidak sehat dan potensi timbulnya masalah kesehatan jangka panjang. Lingkungan sekolah sebagai tempat utama pembentukan karakter dan pengetahuan menjadi lokasi strategis untuk melaksanakan berbagai program promosi kesehatan.

Peningkatan literasi Kesehatan dan pembentukan perilaku kesehatan melalui promosi kesehatan menjadi salah satu program Pemerintah dalam melakukan Tindakan preventif (Kemenkes, 2021). Penerapan literasi kesehatan melalui pendekatan promotif dan preventif merupakan cara utama untuk mencegah terjadinya penyakit, terutama penyakit tidak menular yang berkaitan erat dengan perilaku dan pola konsumsi individu (Roiefah, 2021).

Promosi kesehatan (health promotion) adalah proses yang memungkinkan individu dan komunitas untuk meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan perubahan perilaku (Unja, 2021). Program promosi kesehatan di sekolah dapat mencakup berbagai pendekatan, seperti penyuluhan, diskusi kelompok, penggunaan media interaktif, serta penguatan peran guru dan tenaga kesehatan. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa pendekatan health promotion yang terintegrasi dalam kegiatan sekolah dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan kesadaran dan perilaku sehat di kalangan pelajar (Unja, 2024).

Studi pendahuluan dilakukan di salah satu SMP Swasta di Kota Banjarmasin untuk melihat Gambaran literasi kesehatan siswa, khususnya praktik cuci tangan yang benar untuk pencegahan penyakit. Dilakukan wawancara singkat terhadap 10 orang siswa kelas VII serta observasi lingkungan sekolah. Didapatkan hasil sebagian besar siswa belum memahami konsep dasar literasi kesehatan, seperti pentingnya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dalam konteks sekolah. Sebanyak 70% siswa mengakui mencuci

tangan hanya menggunakan air tanpa sabun setelah dari toilet atau sebelum makan. Fasilitas cuci tangan telah tersedia disekolah namun jumlahnya terbatas, dan tidak tersedia sabun maupun tisu atau lap tangan. Wawancara dengan pihak sekolah didapatkan data bahwa belum ada integrasi materi literasi kesehatan dalam pelajaran rutin, namun memang pernah ada penyuluhan dari puskesmas setempat sekitar 2 tahun yang lalu.

Hasil studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa rendahnya literasi kesehatan siswa tercermin dari kurangnya pemahaman dan praktik terkait cuci tangan yang benar. Kondisi ini berpotensi memengaruhi kesehatan jangka panjang siswa, serta menurunkan konsentrasi dan produktivitas belajar. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh program health promotion terhadap peningkatan literasi kesehatan di kalangan siswa Sekolah Menengah Pertama. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan strategi promosi kesehatan yang efektif dan aplikatif di lingkungan pendidikan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain kuasi-eksperimen dengan pendekatan pre-test dan post-test tanpa kelompok kontrol. Pendekatan ini dipilih untuk mengevaluasi pengaruh intervensi promosi kesehatan (health promotion) terhadap peningkatan literasi kesehatan siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Penelitian dilaksanakan di salah satu Sekolah Menengah Pertama Swasta di Kota Banjarmasin, Kalimantan Selatan. Kegiatan dilaksanakan selama bulan April hingga Mei 2025, termasuk tahap persiapan, pelaksanaan intervensi, dan evaluasi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII dan VIII yang terdaftar di sekolah tersebut pada tahun ajaran 2024/2025. Sampel dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria inklusi yaitu Siswa aktif kelas VII dan VIII, Bersedia mengikuti seluruh rangkaian intervensi dan evaluasi dan telah Mendapatkan izin dari orang tua/wali. Jumlah sampel yang terlibat dalam penelitian ini sebanyak 60 siswa. Intervensi promosi kesehatan dilaksanakan dengan melakukan penyuluhan interaktif mengenai PHBS dan cara mencuci tangan yang benar dengan bantuan media edukatif berupa video pendek, namun sebelumnya dilakukan pre test terlebih dahulu. Setelah proses intervensi selesai kemudian dilakukan post test kembali untuk menilai peningkatan kemampuan literasi kesehatan pada siswa. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan mengenai PHBS sebanyak 20 pertanyaan yang dikembangkan oleh peneliti. Kuesioner telah melalui uji validitas dan reliabilitas dengan nilai Cronbach's. Data dianalisis menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25 dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan taraf signifikansi ditetapkan pada nilai $p < 0,05$. Analisis dilakukan untuk membandingkan skor literasi kesehatan antara pre-test dan post-test guna mengetahui efektivitas intervensi promosi kesehatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini terdiri dari karakteristik usia, Jenis kelamin, dan angkatan kelas. Berikut karakteristik responden yang didapatkan dalam penelitian ini:

Tabel 1. Karakteristik Mitra berdasarkan Jenis Kelamin

No	Karakteristik Peserta	Jumlah	Persentase
1	Jenis kelamin		
	Laki-laki	15	40 %
	Perempuan	20	60 %
	Total	35	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Pada tabel 3.1 diatas terlihat bahwa peserta penyuluhan didominasi oleh jenis kelamin perempuan sebesar 60 %. Mayoritas Perempuan pada penelitian ini menunjukkan bahwa remaja perempuan mungkin memiliki kesadaran yang lebih tinggi terhadap isu kesehatan. Mereka cenderung lebih aktif dalam mencari informasi yang relevan dengan kesehatan pribadi, pola hidup sehat, dan langkah-langkah pencegahan penyakit. Hal ini bisa menjadi potensi untuk membangun generasi yang lebih sadar Kesehatan di sekolah. Orem (2001) juga berpendapat jenis kelamin perempuan sangat mempunyai kontribusi dalam kemampuan perawatan diri. Dengan banyaknya remaja perempuan yang mengikuti pelatihan, program ini dapat difokuskan untuk memberdayakan mereka sebagai agen perubahan di sekolah dan komunitas. Remaja perempuan yang memiliki pemahaman mendalam tentang kesehatan dapat menjadi teladan dan penggerak di lingkungannya, membantu menanamkan nilai-nilai kesehatan kepada teman-temannya dan memotivasi mereka untuk mengadopsi perilaku sehat.

Sebelum intervensi dilakukan, peneliti melakukan pre test kepada seluruh peserta penyuluhan untuk melihat sejauh mana pengetahuan kader mengenai pertolongan pertama pada beberapa kasus, PHBS dan pemeriksaan kesehatan dasar. Hasil Pre test dapat dilihat melalui gambar diagram dibawah ini.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Sebelum Diberikan Intervensi

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	17	28,3%
Cukup	14	23,3%
Kurang	29	48,3%
Total	60	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Pada gambar 2 diatas dapat terlihat bahwa sebelum diberikan kegiatan penyuluhan para siswa-siswi memiliki pengetahuan yang kurang mengenai beberapa materi Kesehatan yaitu sekitar 48,3%. Sedangkan 23,3% memiliki pengetahuan yang cukup dan hanya 28,3% yang memiliki pengetahuan yang baik. Para siswa mengatakan mereka hanya mengetahui bahwa mencuci tangan yang baik adalah cuci tangan dengan sabun, namun seringkali mereka tidak menggunakan sabun jika sabun habis.

Setelah proses pre test selesai, tim melakukan beberapa buah penyuluhan dan pelatihan kesehatan mengenai PHBS (Perilaku Hidup Bersih dan sehat) dan cara mencuci tangan yang benar. Beberapa praktik seperti cara cuci tangan yang baik dan benar juga diajarkan dalam penyuluhan ini. Setelah diberikan

penyuluhan baik oleh narasumber maupun para kader, dilakukan post test untuk melihat apakah terdapat peningkatan pengetahuan atau tidak.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Sesudah Diberikan Intervensi

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
Baik	45	75,0%
Cukup	14	23,3%
Kurang	1	1.7%
Total	60	100%

Sumber : Data Primer, 2025

Gambar 3. diatas memperlihatkan data yang mengalami peningkatan. Hasil Post Test yang diberikan sebanyak (75,0%), cukup sebanyak (23.3%), dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak (1.7%) mengenai perilaku bersih dan sehat dan cara mencuci tangan yang benar. Para peserta mengatakan bahwa mereka sudah mengerti pentingnya menjaga Perilaku Bersih dan sehat, kemudian mengetahui bagaimana mencuci tangan yang benar. Selain evaluasi pengetahuan, diadakan pula evaluasi terhadap pelaksanaan praktik mencuci tangan dan rata-rata peserta dapat melakukan praktik cuci tangan dengan baik.

Tabel 4. Pengaruh Health Promotion terhadap peningkatan Literasi Kesehatan terkait “ Perilaku Hidup Bersih dan Sehat”

	n	Mean	Perubahan Rerata	Minimum - Maximum	Sig. (2-tailed)
Pengetahuan Siswa Sebelum Diberikan Intervensi	60	59.60	24,40	40-100	0.000
Pengetahuan siswa Sesudah Diberikan Intervensi	60	84.00		50-100	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan Tabel 4 di atas, pengetahuan siswa sebelum diberikan intervensi memiliki nilai rata-rata yaitu 59.60, sedangkan nilai rata-rata (mean) pengetahuan keluarga sesudah diberikan intervensi meningkat yaitu 84.00. Perubahan nilai rerata 24,40 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata setelah diberikan intervensi dibandingkan sebelum diberikan intervensi. Hasil uji Wilcoxon menghasilkan nilai *p*-value sebesar 0,000 ($\leq 0,05$), yang secara statistik membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi. Dapat disimpulkan bahwa intervensi *Health Promotion* memiliki pengaruh yang signifikan dan positif terhadap peningkatan pengetahuan siswa-siswi mengenai PHBS. Hasil uji Wilcoxon menghasilkan nilai *p*-value sebesar 0,000 ($\leq 0,05$), yang secara statistik membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna antara skor pengetahuan sebelum dan sesudah intervensi.

Health Promotion sendiri merupakan pendekatan promotif dalam pelayanan kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, pemahaman, dan kemampuan masyarakat dalam menjaga serta meningkatkan kualitas hidup dan kesehatannya. Seperti yang diungkapkan oleh Susilowati (2016), *Health Promotion* merupakan bagian dari sistem pelayanan kesehatan yang komprehensif karena mengintegrasikan unsur promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif secara menyeluruh dalam satu pendekatan yang terpadu dan berkelanjutan.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara tingkat pengetahuan keluarga sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Rata-rata skor pengetahuan meningkat dari 60.60 menjadi 84.00 setelah intervensi, dengan selisih rata-rata sebesar 23.40 dan nilai p-value sebesar 0.000 (≤ 0.05). Hal ini mengindikasi bahwa intervensi Health Promotion dapat meningkatkan Literasi Kesehatan terkait Perilaku Hidup Bersih dan Sehat pada siswa sekolah. Bagi pihak sekolah hendaknya dapat mengintegrasikan materi literasi kesehatan dalam kurikulum sekolah, terutama pada pelajaran IPA, PJOK, atau Bimbingan Konseling.

DAFTAR PUSTAKA

- Aaby, Anna, Karina Friis, et all. (2017). Health literacy is associated with health behaviour and self-reported health : A large population-based study in individuals with cardiovascular disease. *European Journal of Preventive Cardiology*
- Iqbal, W., Gusti, A., Pratama, D. K., & Wahyuni, R. (2023). Determinan Tingkat Literasi Kesehatan Masyarakat yang Berkunjung ke Puskesmas. *JURNAL KESEHATAN MERCUSUAR*, 6(1), 8–19. <https://doi.org/10.36984/jkm.v6i1.336>
- Kementerian Kesehatan RI. (2019a). Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular. Jakarta : Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular
- Rahmadanita, Annisa. 2022. Rendahnya Literasi Remaja di Indonesia: Masalah dan Solusi. *Jurnal Pustaka Ilmiah*, Vol. 8, No. 2, 55-62.
- Roiefah, Aulia Lutfiatur., Pertiwi, Kartika., Siswanto, Yuliaji. 2021. Hubungan Tingkat Literasi Kesehatan dengan Perilaku Pencegahan PTM Pada Remaja di Kabupaten Semarang. *Pro Health Jurnal Ilmiah Kesehatan* Vol 3. No. 2. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/PJ/article/view/1258>
- Susilowati, D. (2016). Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan: Promosi Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Orem, Dorothea E, Susan G Taylor, Kathie McLaughlin Renpening. (2001). *Nursing Concepts of Practice*. America, Mosboy
- United Nations. Documentation and downloads | Human Development Reports [Internet]. 2022 [cited 2023 Apr 13]; Available from: <https://hdr.undp.org/data-center/documentation-and-downloads>
- Unja, E. E., Tutpai, G., & Rachman, A. (2021). The Factors Affecting Health Promotion Implementation Relating to Hypertension Diets in the Elderly Families of Banjarmasin. *KnE Life Sciences*, 6(1), 613–623. <https://doi.org/10.18502/cls.v6i1.8658>
- Unja, E. E., Dias, M. F. A. A., & Tutpai, G. (2024). Strengthening Health Literacy As The Main Pillar Of Realising Healthy Schools At Nahdlatul Ulama Junior High School In Banjarmasin City. *Community Service Journal of Indonesia*, 6(2), 66-74. <https://doi.org/10.36720/csji.v6i2.697>