

Edukasi Siswa Sekolah Dasar Dalam Penerapan Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Lingkungan Sekolah

Maksuk^{1*}, Hendawati², Fatimah Azzahra³, Sumira⁴,
Violin Ayu Ningsih⁵, Gefira Ramadanti⁶

¹⁻⁶ Jurusan Kesehatan Lingkungan, Prodi Pengawasan Epidemiologi,
Poltekkes Kemenkes Palembang, Sumatra Selatan, Indonesia

* maksuk@poltekkespalembang.ac.id

Abstrak

Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah sangat penting dalam membentuk kebiasaan sehat sejak dini. Sekolah sebagai institusi pendidikan berperan dalam mendidik peserta didik tidak hanya secara akademis, tetapi juga dalam aspek kesehatan. Melalui kegiatan ini, dilakukan edukasi, dan pembiasaan praktik PHBS kepada siswa dan guru di sekolah. Fokus utama meliputi cuci tangan pakai sabun, konsumsi jajanan sehat, penggunaan jamban bersih, aktivitas fisik, dan menjaga kebersihan lingkungan sekolah. Metode yang digunakan melalui edukasi mengenai pentingnya berperilaku hidup bersih dan sehat, Pemutaran video pendek, praktik cara cuci tangan, serta kuis berhadiah untuk mengukur pemahaman siswa sekaligus untuk meningkatkan semangat belajar siswa. Setelah kegiatan dilakukan ada peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi PHBS di lingkungan sekolah menggunakan kuesioner.

Kata Kunci: Edukasi, PHBS, Siswa SD,

Pendahuluan

Anak usia sekolah dasar (6–12 tahun) merupakan kelompok yang sangat rentan terhadap berbagai penyakit terkait sanitasi dan kebersihan, seperti diare, cacingan, dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) (UNICEF, 2020). Secara global, penyakit-penyakit ini masih menjadi penyebab utama absensi siswa di sekolah, yang secara langsung berdampak pada penurunan kualitas belajar dan prestasi akademik. Selain itu, edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di lingkungan sekolah dapat mencegah penyakit kecacingan pada siswa sekolah dasar (Charisma et al., 2025).

PHBS merupakan suatu pola perilaku seseorang yang berorientasi pada upaya peningkatan kesehatan melalui kebiasaan yang bersih dan sehat. PHBS di sekolah mencakup perilaku seperti mencuci tangan dengan benar, menjaga kebersihan tubuh dan lingkungan, memilih makanan yang sehat, serta membuang sampah pada tempatnya. PHBS bukan hanya merupakan kebiasaan individu, tetapi juga merupakan bagian integral dalam penciptaan lingkungan sekolah yang sehat dan kondusif untuk pertumbuhan fisik maupun kemampuan belajar siswa (Siagian et al., 2024).

Perilaku hidup bersih dan sehat masih menjadi masalah, terutama di kalangan anak-anak sekolah dasar (Sandra et al., 2025). Anak usia sekolah dasar berada pada tahap perkembangan yang sangat penting dalam pembentukan kebiasaan hidup sehat. Pada masa ini, perilaku yang dipelajari cenderung menjadi bagian dari rutinitas kehidupan sehari-hari dan dapat berlangsung hingga dewasa apabila ditanamkan dengan benar sejak dini. Namun kenyataannya, berbagai studi menunjukkan bahwa pemahaman dan praktik PHBS di kalangan siswa sekolah dasar sering kali belum optimal sehingga meningkatkan risiko timbulnya masalah kesehatan, seperti penyakit infeksi saluran pencernaan, gigi berlubang, atau gangguan kebersihan lainnya (Fadilah Dilah et al., 2024).

Pemberdayaan siswa sekolah dasar sebagai pelaku utama penerapan PHBS menjadi salah satu strategi penting untuk menanamkan kebiasaan hidup sehat sejak usia dini. Pemberdayaan dilakukan melalui edukasi, pelatihan, serta peran aktif siswa dalam kegiatan kesehatan seperti peer education, praktik langsung perilaku bersih dan sehat, maupun keterlibatan dalam kegiatan kebersihan sekolah. Strategi ini terbukti mampu meningkatkan pengetahuan, sikap, dan keterampilan siswa dalam melakukan PHBS sehingga secara bertahap dapat menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan (Nabila et al., 2025).

Penerapan pendekatan pemberdayaan juga selaras dengan tujuan pembangunan kesehatan nasional yaitu meningkatkan kesadaran, keinginan, dan kemampuan masyarakat, termasuk siswa sekolah dasar, dalam menerapkan kebiasaan hidup sehat agar tercapai derajat kesehatan yang optimal. Dengan kata lain, sekolah tidak hanya berfungsi sebagai tempat pembelajaran akademik tetapi juga menjadi wahana pembentukan karakter sehat melalui penerapan PHBS (Nggorong, 2025).

Pemberdayaan siswa melalui metode edukasi PHBS di sekolah dasar terbukti efektif meningkatkan pengetahuan dan perilaku hidup bersih dan sehat. kegiatan edukatif dengan metode kuartet, ceramah, video, dan tanya jawab berhasil meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar mengenai PHBS (Rosa et al., 2023). Pemberdayaan siswa sekolah dasar merupakan investasi jangka panjang karena anak usia sekolah berada dalam masa keemasan untuk pembentukan karakter (habit forming). Secara teoritis, peningkatan pengetahuan tidak selalu berbanding lurus dengan perubahan perilaku tanpa adanya intervensi lingkungan.

Masalah utama yang sering ditemukan di lapangan adalah rendahnya tingkat kesadaran siswa mengenai pentingnya mencuci tangan dengan sabun, membuang sampah pada tempatnya, serta memilih jajanan sehat di kantin. Kebiasaan buruk yang terbentuk di usia dini cenderung akan terbawa hingga dewasa, sehingga edukasi sejak dini menjadi sangat krusial. Kebiasaan hidup bersih sehari-hari belum menjadi budaya di kalangan siswa. Masih banyak anak yang tidak dibiasakan untuk menjaga kebersihan diri dan lingkungan sejak dari rumah, sehingga kebiasaan sehat yang mulai dibentuk di sekolah tidak berlanjut di luar jam belajar. Hal ini menyebabkan upaya penerapan PHBS di sekolah belum berjalan maksimal dan belum menjadi budaya bersama.

Oleh karena itu tim pelaksana kegiatan melakukan edukasi pada siswa sekolah dasar dengan menggunakan leaflet dan video edukasi sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan kesadaran siswa untuk menerapkan PHBS di sekolah mereka. Edukasi

menggunakan metode penyuluhan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman pada siswa sekolah dasar mengenai PHBS di lingkungan sekolah (Muchtar et al., 2023).

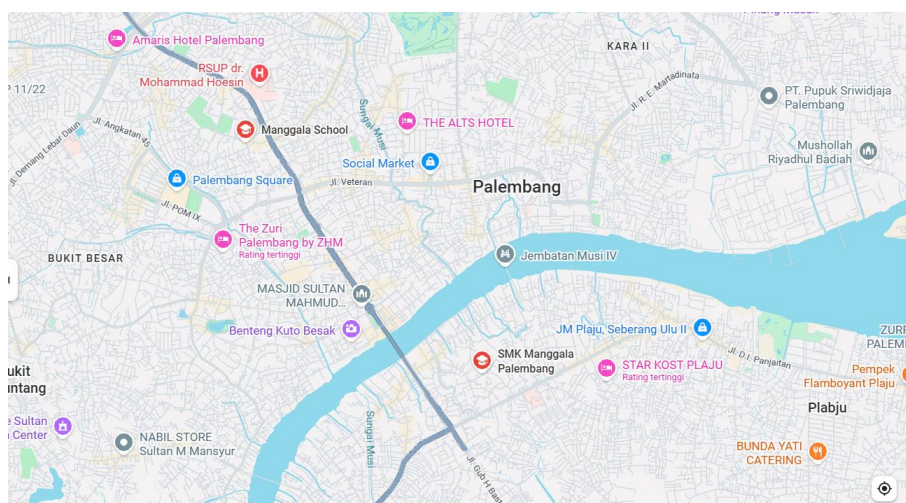
Dengan adanya pemberdayaan siswa sebagai upaya penerapan PHBS, diharapkan tidak hanya terjadi perubahan pengetahuan tetapi juga perubahan nyata dalam perilaku hidup sehat di lingkungan sekolah dan keluarga yang berdampak positif bagi kualitas kesehatan anak secara menyeluruh. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan siswa sekolah dasar dalam menerapkan PHBS sekolah.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan ini dilaksanakan di salah satu sekolah dasar milik swasta yang berada di wilayah kerja puskesmas Ariodillah kota Palembang. Waktu pelaksanaan kegiatan dari tanggal 10 – 14 Juni 2025. Khalayak sasaran/Mitra Kegiatan terdiri dari kepala sekolah, guru, orang tua siswa, serta siswa di Sekolah Dasar Palembang, dengan jumlah peserta sebanyak 20 orang. Kegiatan ini merupakan bagian dari kerja sama antara Puskesmas Ariodillah, Poltekkes Kemenkes Palembang dan Sekolah Dasar Palembang. Kontribusi mitra yaitu guru dan orang tua siswa sebagai kelompok pendukung pelaksanaan, siswa sebagai sasaran kegiatan, serta pihak sekolah sebagai mitra dalam pelaksanaan, evaluasi, dan tindak lanjut program di tahun berikutnya.

Metode pengabdian adalah penyuluhan/edukasi kepada siswa mengenai Perilaku Hidup Bersih dan Sehat di Sekolah dengan tahapan pelaksanaan kegiatan yaitu persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. Indikator keberhasilan kegiatan terdiri dari indikator input yaitu menggambarkan kesiapan sumber daya dan perencanaan kegiatan.; indikator proses yaitu mengukur pelaksanaan kegiatan edukasi PHBS sekolah; indikator output yaitu menilai hasil langsung setelah edukasi dilakukan; indikator outcome yaitu pengukur perubahan sikap dan perilaku setelah kegiatan.

Metode evaluasi dilakukan melalui *Pre-test* dan *Post-test* menggunakan kuesioner sebelum dan setelah kegiatan edukasi dengan indikator adalah peningkatan nilai rata-rata *post-test* dibandingkan *pre-test*. Berikut adalah peta lokasi sekolah *Manggala School* tempat kegiatan dilakukan:



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan edukasi PHBS telah dilaksanakan pada tanggal 12 Juni 2025 dihadiri oleh guru wali kelas, pihak puskesmas dan siswa sebanyak 20 orang. Kegiatan dilakukan di ruang kelas dan siswa berpartisipasi aktif dalam kegiatan tersebut. Adapun proses pelaksanaan kegiatan pada gambar di bawah ini:



Gambar 2. Kegiatan Edukasi dan Leafleat yang digunakan



Gambar 3. Kegiatan Evaluasi Pre test dan Post test

Materi kegiatan yang disampaikan saat edukasi PHBS sekolah yaitu cuci tangan pakai sabun sebelum dan setelah makan, menggosok gigi yaitu dengan cara praktik mencuci tangan dan menggosok oleh tim dan setelah itu siswa diminta untuk mempraktikkannya. Dari hasil evaluasi proses diperoleh siswa dapat mempraktikkan keduanya dengan benar. Selanjutnya kegiatan dilanjutkan dengan mengajarkan siswa bagaimana menjaga kebersihan sekolah dengan cara memilah sampah. Kegiatan ini sesuai dengan kegiatan PHBS yang dilakukan di sekolah TK di lingkungan sekolah yaitu mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, menggosok gigi, dan melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat.

Tabel 1. Hasil Uji Pengetahuan Siswa Sebelum dan Sesudah Edukasi PHBS

No.	Variabel	Minimum - maksimum	Mean	Rank			Nilai p	Z score
				Positif	Negatif	Ties		
1	Pengetahuan Pre test	5-8	6,5	0	17	0	0,005	-3,92
2	Pengetahuan Post test	7-10	9	17	0	0	0,005	-3,92

Berdasarkan hasil uji statistik pada Tabel 1, diperoleh bahwa nilai rata-rata pengetahuan siswa sebelum diberikan edukasi PHBS (*pre test*) adalah 6.50 dengan rentang skor 5–8. Setelah diberikan edukasi PHBS (*post test*), rata-rata pengetahuan meningkat menjadi 9.00 dengan rentang skor 7–10. Hasil uji statistik menunjukkan perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi PHBS dengan nilai $p = 0,005$. Berdasarkan hasil *pre-test* dan *post-test* yang dilakukan, terdapat peningkatan signifikan pada pemahaman siswa mengenai indikator PHBS di sekolah. Sebelum dilakukan pemberdayaan, sebagian besar siswa hanya memahami PHBS sebatas mencuci tangan. Namun, setelah edukasi melalui metode demonstrasi dan media visual, pemahaman meluas ke aspek pemilahan sampah dan konsumsi jajanan sehat.

Pengetahuan peserta tentang PHBS sebelum kegiatan edukasi berada pada kategori kurang baik pada setiap indikator PHBS. Sesuai dengan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan di sekolah dasar melalui edukasi dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang PHBS di lingkungan sekolah (Salim et al., 2021). Dari hasil kegiatan pelatihan yang dilakukan di sekolah dasar terdapat peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan kesehatan sebesar 25,77 poin, dan disepakati menyusun kebijakan dan peraturan sekolah sebagai pedoman pelaksanaan PHBS sekolah (Rosidin & Witdiawati, 2026).

Hasil kegiatan PHBS yang dilakukan pada siswa kelas V SDN Bingkawan mencapai 64 % cukup baik dan masih perlu ditingkatkan lagi baik melalui kegiatan olah raga dan olah pikir dari guru serta bimbingan teknis dari pihak Puskesmas (Bukit et al., 2022). Selain itu, edukasi melalui pemutaran video, diskusi dan tanya jawab yang dilakukan pada siswa SDN Kaccia dengan materi yang disampaikan adalah mencuci tangan dengan sabun sebelum dan sesudah makan, menggosok gigi dan melakukan kerja bakti bersama warga lingkungan sekolah untuk menciptakan lingkungan yang sehat terbukti meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta tentang PHBS (Mulat et al., 2023).

Kegiatan edukasi yang dilakukan dengan cara menyenangkan dan melibatkan partisipasi aktif siswa dapat membentuk kebiasaan hidup sehat, dukungan dari guru, orang tua, dan masyarakat sekolah menjadi faktor penting dalam menjaga keberlanjutan penerapan PHBS di lingkungan sekolah dasar (Fitri et al., 2025). Metode penyuluhan dan edukasi pada siswa sekolah dasar mengenai hidup bersih dan sehat dapat meningkatkan pengetahuan yang mendukung pembentukan kebiasaan hidup bersih dan sehat sehingga berdampak pada kesehatan fisik siswa dan juga kualitas belajar mereka (Hudzaifa et al., 2023).

Kegiatan penyuluhan terkait PHBS sekolah membantu memberikan pemahaman dan pengetahuan pada siswa sekolah dasar yang bertempat tinggal di daerah pesisir (Yulianti

et al., 2024). Melalui pendidikan kesehatan interaktif efektif dalam meningkatkan kesadaran dan kebiasaan sehat di kalangan siswa sekolah dasar dan keterlibatan orang tua dan melakukan evaluasi jangka panjang untuk memastikan perubahan perilaku yang berkelanjutan (Abdullah et al., 2025).

Penerapan PHBS di lingkungan sekolah juga harus didukung sarana dan prasarana yang mendukung dan peran guru sangat penting dalam menerapkan PHBS karena kebiasaan siswa berperilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di sekolah sangat penting dilaksanakan. PHBS sekolah merupakan sekumpulan perilaku yang dilakukan siswa untuk terwujudnya sekolah sehat. Pengetahuan dan sikap merupakan hal yang sangat penting sebagai faktor predisposisi pelaksanaan PHBS, selain faktor penunjang dan pendukung yang sudah tersedia di sekolah (Salim et al., 2021). Dukungan infrastruktur sekolah (ketersediaan air bersih, sabun, dan tempat sampah yang memadai) sangat menentukan keberhasilan jangka panjang program PHBS ini.

Meskipun pengetahuan meningkat, perubahan perilaku memerlukan konsistensi. Observasi menunjukkan bahwa 90% siswa kini rutin mencuci tangan sebelum masuk kelas. Namun, tantangan utama ditemukan pada aspek pemilahan sampah, di mana siswa masih sering mencampur sampah organik dan anorganik meskipun tempat sampah telah dibedakan.

Kesimpulan

Pelaksanaan kegiatan edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di Sekolah Dasar dengan pemutaran video pendek, praktik cara cuci tangan, serta kuis berhadiah untuk mengukur pengetahuan dan pemahaman siswa sekaligus untuk memotivasi siswa dalam penerapan PHBS di lingkungan sekolah. Pihak sekolah perlu menyediakan sarana pendukung seperti fasilitas cuci tangan dan tempat sampah organik dan anorganik di setiap kelas dan melanjutkan program PHBS di lingkungan sekolah.

Ucapan Terimakasih

Tim penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak sekolah dan puskesmas yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian ini sampai dengan selesai.

Referensi

- Abdullah, W. G., Arimbawa, P., Saputra, R. A., Mihrad, E. S., Padang, F. V. E., Nurhasanah, R., Rahmadani, S. O., Ndibola, A. P., & Mulyani, M. (2025). Edukasi Pentingnya Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Dasar di SDN 101 Kendari. *Jurnal Pengabdian Magister Pendidikan IPA*, 8(4), 1330–1335.
- Bukit, S., Hutagalung, S. L., & Sarbaini, W. (2022). Analisis Pemberdayaan Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat di Sekolah Dasar. *Journal of Community Development*, 1(1), 11–18.
- Charisma, A. M., Adinda, H., Auralya, T. F., & Solikhah, F. A. (2025). Edukasi Penerapan Hidup Bersih Sehat (PHBS) di Lingkungan Sekolah Dasar Untuk Pencegahan Kecacingan Pada Siswa SD X. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*, 6(4), 5963–5968.

- Fadilah Dilah, R., Mansur, A., Lubis, M., Jannah, R., Oktavia, N., Pratiwi, N., Sukranjah, I., Khairani, P., & Hidayah, A. (2024). Pemberdayaan Siswa Sebagai Peer Educator Konsep Dasar Perilaku Hidup Bersih dan Sehat. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 6(3).
- Fitri, R. U., Muhka, R., Subroto, D. E., Nandini, S., Fitriyanti, N., & Virly, I. (2025). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) untuk Meningkatkan Kesadaran Anak Sekolah Dasar di SDN Ciwedus, Kota Serang. *DEDIKASI SAINTEK Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(3), 305–312.
- Hudzaifa, T. N., Putri, S. A., & Mirajiani, M. (2023). Penerapan Program Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Siswa di Sekolah Dasar Negeri Kadumaneuh Kabupaten Pandeglang. *Jurnal Pengabdian Dinamika*, 10(2), 1–12.
- Muchtar, F., Zainuddin, A., & Kohali, R. E. S. O. (2023). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Siswa SD Negeri 9 Moramo, Desa Ranoocha Raya, Kecamatan Moramo, Kabupaten Konawe Selatan. *Jurnal Gembira: Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(04), 871–880.
- Mulat, T. C., Yuriatson, Y., Asmi, A. S., & Rukina, R. (2023). Edukasi perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada siswa sekolah dasar. *Abdimas Polsaka*, 2(1), 43–47.
- Nabila, F., Qothrunnada, Z., Muhaimin, R., Masnawtai, E., Safra, M. E., Badriyah, L., Mala, A., Hariani, M., & Mardikaningsih, R. (2025). Penyuluhan Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada SD/MI Sebagai Upaya Meningkatkan Pengetahuan dan Kesadaran Siswa-Siswi di Desa Pasinan. *Jurnal Pengabdian Masyarakat (JUDIMAS)*, 3(1), 194–212.
- Nggorong, W. P. (2025). Education On Clean And Healthy Living Behavior (PHBS) For Students Of Elementary School Sdi. Fatufeto 2 Kupang City. *JURNAL MEDIKA USADA*, 8(2), 9–12.
- Rosa, A. T. R., Gumelar, W. S., Septiati, Y. A., Hanurawaty, N. Y., Kurniawan, E., Rahayu, I. G., Hendriawan, E., Sanny, M. Y., Abdullah, M. N., & Purnama, W. (2023). *Pemberdayaan Siswa Sekolah Dasar Menuju Sekolah Sehat melalui Penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)*. Penerbit NEM.
- Rosidin, U., & Witdiawati, W. (2026). Pemberdayaan Siswa dalam Pembentukan PHBS Sekolah di Madrasah Aliyah 19 Persis Bentar-Garut. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 9(1), 141–153.
- Salim, M. F., Syairaji, M. S. M., Santoso, D. B., Pramono, A. E., & Askar, N. F. (2021). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Samigaluh Kulonprogo. *Jurnal Pengabdian Dan Pengembangan Masyarakat*, 4(1), 19–24.
- Sandra, M. H., Maksuk, M., & Oktriyedi, F. (2025). Analysis of Clean and Healthy Living Behavior in Elementary Schools. *Epidemiological Journal of Indonesia*, 4(2), 62–69.
- Siagian, H. S., Samosir, S. R., & Anggraeni, R. (2024). Edukasi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 101737 Kecamatan Sunggal. *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat (Ji-SOMBA)*, 3(2), 59–63.
- UNICEF. (2020). *Water, Sanitation and Hygiene (WASH) in Schools*.
- Yulianti, I., Jalilah, N. H., & Zaine, N. A. (2024). Edukasi Pola Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) pada Anak Sekolah Dasar di Daerah Pesisir. *Borneo Community Health Service Journal*, 4(1), 62–65.